

Fotografien von Martin Brigdale

Linda Collister

BROT BACKEN

Die besten und beliebtesten
Rezepte aus aller Welt




MOEWIG



Brot backen

Die besten und beliebtesten Rezepte aus aller Welt

Linda Collister

Fotos von **Martin Brigdale**



ISBN 3-8118-2941-6

Erstveröffentlichung unter dem Titel „Bread“
durch Ryland Peters & Small Ltd
Kirkman House
12-14 Whitfield Street
London W1T 2RP
England

Alle Rechte vorbehalten

Die Verwertung der Texte und Bilder, auch auszugsweise, ist ohne Zustimmung des Verlags urheberrechtswidrig und strafbar. Dies gilt auch für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmung und für die Verarbeitung mit elektronischen Systemen.

Gestaltung: Steve Painter

Fotos: Martin Brigdale; Fotos S. 18, 46, 100, 116 und 128: siehe S. 144

Styling: Linda Collister, Helen Trent

Übersetzung: Ute Perchtold

Redaktion: Dirk Katzschmann und Olaf Rappold
(red.sign, Stuttgart); Birgit Wenderoth

Satz und DTP: red.sign, Stuttgart

Produktion: red.sign, Stuttgart

Printed in China

Danksagungen der Autorin

Ich möchte folgenden Personen für ihre Hilfe bei diesem Buch meinen Dank aussprechen: Elsa Petersen-Schepelern, Steve Painter, Martin Brigdale, Barbara Levy, Sarah Lowman, Annette und Will Hertz, Michelle Kershaw und Lakeland Limited für die Küchengeräte zum Backen, Alan und Simon Silverwood von Alan Silverwood Ltd für Brotbackformen und Bleche sowie Pam Bewley für die Magimix Küchenmaschine, Helen Trent. Ein besonderer Dank an Alan Hertz.

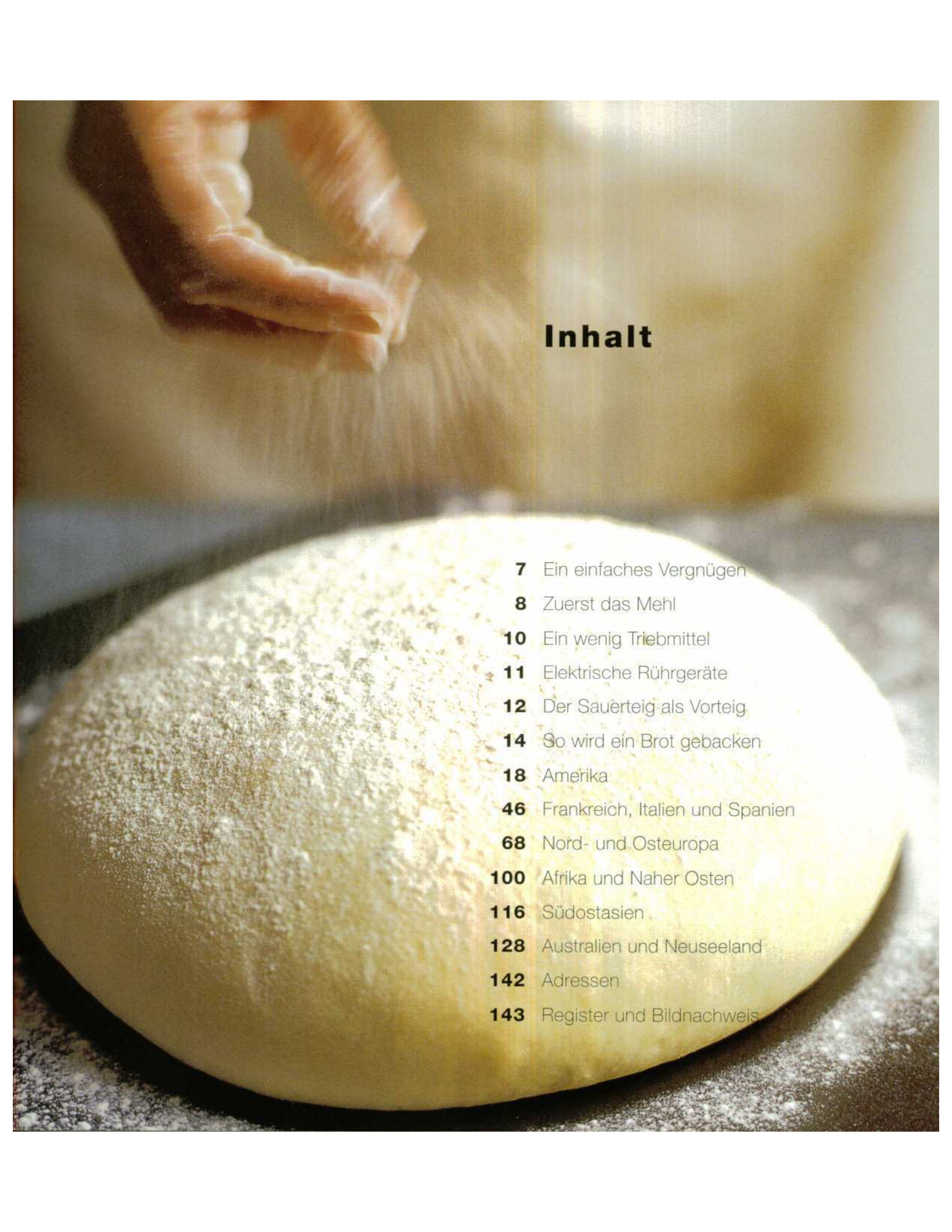
Hinweise

Maßangaben in Esslöffel und Teelöffel bedeuten immer „gestrichen“, falls im Rezept nicht anders angegeben.

Wiegen oder messen Sie vor dem Backen alle Zutaten genau ab und bereiten Sie Backformen oder Bleche vor.

Der Backofen sollte auf die jeweilige Temperatur vorgeheizt werden. Die Rezepte dieses Buches wurden in vier verschiedenen Ofentypen ausprobiert, die alle leicht unterschiedlich arbeiten. Ich empfehle die Verwendung eines Backofenthermometers und einen Blick in die Bedienungsanleitung Ihres Ofens. Um festzustellen, ob ein Laib fertig gebacken ist, nehmen Sie ihn aus dem Ofen und aus der Form, falls eine verwendet wird, und klopfen Sie auf die Unterseite. Das Brot sollte hohl klingen, andernfalls lassen Sie es noch etwas länger backen.





Inhalt

- 7** Ein einfaches Vergnügen
- 8** Zuerst das Mehl
- 10** Ein wenig Triebmittel
- 11** Elektrische Rührgeräte
- 12** Der Sauerteig als Vorteig
- 14** So wird ein Brot gebacken
- 18** Amerika
- 46** Frankreich, Italien und Spanien
- 68** Nord- und Osteuropa
- 100** Afrika und Naher Osten
- 116** Südostasien
- 128** Australien und Neuseeland
- 142** Adressen
- 143** Register und Bildnachweis



Ein einfaches Vergnügen

Gibt es etwas Einfacheres und Schöneres als einen Laib gutes, frisch gebackenes Brot? Sein Aroma lockt die Menschen an. Es schmeckt pur genauso gut wie als Beilage zu einer Mahlzeit. Seine Beschaffenheit, seine Kruste sind ein Gaumenkitzel. Ein gutes Brot ist eine Kostbarkeit, und es selbst zu backen erfüllt viele Menschen mit tiefer Befriedigung.

Brot ist fast überall ein Grundnahrungsmittel, aber in vielen Kulturen nicht selbstverständlich. In Religionen und Ritualen spielt es häufig eine wichtige Rolle. Brot wird nicht als bloßes Nahrungsmittel betrachtet und daher mit größter Sorgfalt gebacken. Ein Teil der Faszination – vielleicht seiner religiösen Bedeutung – liegt in dem Paradox seiner erstaunlichen Vielfalt, die aus Einfachheit erwächst. Die Grundzutaten – Mehl, Salz, Wasser und normalerweise ein Triebmittel – sind tatsächlich elementar und seit der Zeit der Pharaonen unverändert. Aber indem man Mehltypen, Flüssigkeit, Triebmittel verändert und unterschiedliche Temperatur und Gehzeiten wählt, erhält man tausende verschiedene Sorten. Schweres nordeuropäisches Sauerteigbrot wird beispielsweise durch Weizenmehl leichter. Mit etwas Erfahrung und Übung können Sie die Rezepte aus diesem Buch als Ausgangspunkt für eigene Brotideen verwenden.

Bemerkenswert ist auch die vielfältige gesellschaftliche Bedeutung von Brot. Ein bestimmtes Brot kann in einem Teil der Welt die einfache Grundnahrung von Bauern und in einem anderen eine Partysensation sein. Wenn Sie Ihre Gäste mit Focaccia oder Naan frisch aus dem Ofen verblüffen, zollen Sie der Bedeutung anderer Kulturen Tribut und deren Fähigkeit, auf einfache Weise grundlegende Bedürfnisse zu stillen. Wer mit Supermarkt und Mikrowelle lebt und Fertiggerichte Zivilisation nennt, den kann Brotbacken Demut lehren.

Man sagt, gutes Brot brauche nur Zeit, Wärme und Liebe. Das stimmt nicht – Sie benötigen auch noch gutes Mehl. Da immer mehr Bäckereien Wert auf Mehlsorten von hoher Qualität legen, gibt es inzwischen überall ein großes Angebot an hochwertigen Zutaten – darunter auch ausgefallene Mehl- und Getreidesorten. Wenn Sie einmal ein solches Qualitätsprodukt verwendet haben, werden Sie nie mehr auf billig produzierte Ware schlechter Qualität zurückgreifen.

Falls Sie noch nie Brot gebacken haben, beginnen Sie mit dem Grant-Laib (S. 82–85). Dabei können Sie kaum etwas falsch machen; Sie brauchen weder ausgefallene Zutaten oder Geräte noch viel Zeit und das Brot schmeckt wunderbar! Wenn Sie Ihr erstes selbst gebackenes Brot probiert haben, werden Sie mit dem Backen nicht mehr aufhören. Versprochen!

Zuerst das Mehl

Ohne Mehl kein Brot, und außergewöhnliches Brot verlangt nach hochwertigem Mehl. Selbst gebackenes Brot schmeckt besser als ein Laib aus dem Supermarkt, aber für gutes Brot brauchen Sie entsprechendes Mehl. Verwenden Sie möglichst vollwertiges Mehl aus ökologischem Anbau.

Um Mehl zu erhalten, werden Getreidekörner gemahlen. Das geschieht hauptsächlich auf zwei Arten. Eine traditionelle Steinmühle, häufig durch Wasser oder Wind angetrieben, zerdrückt die Körner zwischen zwei großen runden Steinen. Die Schweizer erfanden in den 1830er-Jahren die Walzenmühle, die das Getreide zwischen Stahlrollen mahlt und die Körner dann in ihre drei Bestandteile Schale, Mehlkörper und Keimling trennt. Die Schale ist die dunkle äußere Hülle des Korns und enthält Mineral- und Ballaststoffe. Sie umhüllt den Mehlkörper, der sich vor allem aus Stärke und Eiweiß zusammensetzt, und den Keimling, der reich an Fett, Vitaminen und Spurenelementen ist.

Am häufigsten wird Weizenmehl zum Brotbacken verwendet, doch es gibt eine Vielzahl weiterer Getreidesorten mit unterschiedlichen Aromen und Backeigenschaften, die sich auf Geschmack und Beschaffenheit des Brotes auswirken.

Weizenmehl ist bei uns die wichtigste und bekannteste Mehlsorte. Seine hervorragenden Backeigenschaften erhält es durch den hohen Anteil an Klebereiweiß oder Gluten. Es ist stark quellfähig und hält damit den Teig stabil, gleichzeitig wird das Brot schön locker.

Der Ausmahlungsgrad, erkennbar an der Typenzahl, gibt an, wie viele der wertvollen Bestandteile des vollen Korns erhalten geblieben sind. **Vollkornmehl** hat keine Typenzahl, denn es enthält auch die äußeren Randschichten und den Keimling, eben das volle Korn. Es ist nahrhafter und geschmackvoller als Weißmehl.

Außerdem wird das Mehl noch danach unterschieden, wie fein es gemahlen wurde. Ein

aus Schrot gebackenes Brot schmeckt kerniger und ist fester und von gröberer Beschaffenheit als ein Brot aus Feinmehl, da die Schale die Quellfähigkeit des Glutens einschränkt. Als Grieß bezeichnet man das körnig gemahlene Produkt aus dem Mehlkern. Fein gemahlene, aber noch leicht körnige Sorten werden auch griffiges oder doppelgriffiges Mehl genannt.

Auszugsmehl ist fein gemahlenes Weizenmehl der Type 405 und als alleiniges Mehl zum Brotbacken eher nicht geeignet, da es wenig Gluten enthält. Mehl aus Hartweizen enthält mehr Gluten als Auszugsmehl und ist das ideale Mehl zum Brotbacken. Type 550 eignet sich besonders für helle Brote, Baguettes oder Bagels.

Dinkelvollkornmehl wird aus Dinkelgetreide hergestellt, eine Spelzweizenart, die Archäologen schon an vielen prähistorischen Stätten fanden und die in biblischen Zeiten weit verbreitet war. Daraus gebackenes Brot hat ein wunderbar nussiges Aroma. Dinkel hat einen



ähnlichen Nährstoffgehalt wie Weizen und ist auch für Menschen mit Weizenallergie verträglich. Es ist in der Vollwertküche sehr beliebt und wie Weizenmehl in verschiedenen Ausmahlungsgraden erhältlich.

Grünkern ist in halbreifem Zustand geernteter und dann gerösteter Dinkel. Zum Backen wird sein Mehl anderen Sorten in kleinen Mengen beigemischt.

Kamut ist eine weitere uralte Getreidesorte, ein Verwandter des Hartweizens mit deutlich höherem Nährwert als moderne Weizensorten. Mit seinem milden, leicht nussigen Geschmack ist Kamutmehl ein ideales Naturprodukt für Brot und Kuchen. Es ist im Reformhaus erhältlich.

Weizen- oder Haferflocken sind gewalzte Körner und werden als Zutat beim Brotbacken verwendet.

Instantmehl ist, durch ein spezielles Mahlverfahren, besonders griffig und gut rieselfähig.

Italienisches Ciabattamehl wird aus einer speziellen Hartweizensorte vermahlen und ergibt einen sehr elastischen Teig, mit dem die großen Luftblasen im Ciabatta besonders gut gelingen.

Die Franzosen verwenden für ihr Baguette ein Mehl aus speziell in Frankreich vorkommenden Weizensorten, das einen sehr aromatischen, kräftigen Teig ergibt. Hartweizenmehl ist ein geeigneter Ersatz.

Maismehl ist sehr fett- und eiweißreich und ergibt in Kombination mit Weizenmehl goldgelbe, süß schmeckende Brote. Das glutenfreie Mehl wird in Amerika gern für schnelle Brote ohne Hefe genommen, die sofort verzehrt werden sollten. **Masa harina** ist ein speziell behandeltes Maismehl, das für Tortillas verwendet wird. Fein vermahlener Maisgrieß wird als **Polenta** bezeichnet, etwas gröberer Maisgrieß als **Kukuruz**.

Roggenmehl ist nach dem Weizen das wichtigste Mehl zum Brotbacken. Sein Glutengehalt ist niedriger als der des Weizens,

dafür hat er höhere Mineral- und Ballaststoffanteile. Zum Brotbacken werden häufig Weizen- und Roggenmehle vermischt. Roggenmehl benötigt zum Aufgehen ein starkes Triebmittel, meist Sauerteig oder Hefe, aber auch Buttermilch oder Joghurt eignen sich, um die Stärke aufzubrechen. Roggenmehl ist ebenfalls in verschiedenen Typen erhältlich, von Type 815 für helleres Kleingebäck bis zur Type 1800, ein Backschrot für kräftige Brote.

Ein wenig Triebmittel



Triebmittel verleihen dem Brot lockere Struktur und Geschmack. Sie lassen den Teig aufgehen und erzeugen das unverwechselbare Aroma von frisch gebackenem Brot.

Es gibt mehrere Möglichkeiten, Brotteig gehen zu lassen, meist mit Hilfe von Hefe. Hefe ist ein einzelliger Pilz, also ein lebender Organismus. Zur Vermehrung benötigen Hefen die im Mehl enthaltenen Kohlenhydrate, Feuchtigkeit und die durch das Kneten in den Teig eingearbeitete Luft. Im Gegenzug produzieren Hefen Alkohol und eine große Menge winziger Kohlendioxidbläschen, durch die der Teig aufgeht. Wichtig dabei ist eine gleichmäßige Temperatur von idealerweise 30 °C. Bei niedrigen Temperaturen sind Hefen inaktiv, bei über 60 °C sterben sie ab.

Ein **Sauerteigansatz** wird überall auf der Welt schon seit Jahrtausenden zum Brotbacken verwendet. Ein natürlich fermentierter Vorteig kommt ohne Bäckerhefe aus. Der Teig kann weich oder sehr dickflüssig sein und besteht aus Mehl und Wasser. Wildhefen kommen in der Luft und auf Ge-

treide, Früchten und Gemüse vor; ein natürlich fermentierter Vorteig nimmt diese Hefen auf und lässt sie wachsen. Ein guter Vorteig enthält etwa 100 Arten von Mikroorganismen, eine Mischung aus Pilzen oder Hefen und Bakterien. Die Hefen produzieren gasförmiges Kohlendioxid, das den Teig in die Höhe treibt, und etwas Alkohol, der beim Backen verdunstet; die Bakterien produzieren Milchsäure, die den Teig leicht säuert. In Teigen aus Roggenmehl brechen diese Milchsäurebakterien die Stärke auf und sorgen so für ein lockeres Brot.

Sauerteigansätze (siehe S. 13) gibt es in vielen Formen; alle lassen den Teig aufgehen und verstärken das Aroma. Sie müssen regelmäßig mit Wasser und „Nahrung“ versorgt werden, können aber mit etwas Sorgfalt immer wieder verwendet werden. Ein Sauerteig aus Weißmehl kann in jedem Teig verwendet werden, einen aus Roggenmehl nimmt man für Roggenbrote oder zur Geschmacksverstärkung anderer Teige. Französische Bäcker verwenden einen Roggen-Sauerteig mit Weißmehl für *pain ancien* – ähnlich dem *pain de campagne* (siehe S. 48). *Biga* ist ein salzloser weicher Vorteig, den italienische Bäcker zur Geschmacksverstärkung nutzen. Die meisten Rezepte enthalten etwas Bäckerhefe (5 g Hefe auf 250 g Mehl und 100 ml Wasser), um die Fermentation in Gang zu bringen. Die Mischung lässt man 12 Stunden stehen – sie muss auf das Zwei- bis Dreifache ihres ursprünglichen Volumens aufgehen und dann zusammenfallen. Sauerteigansatz ist wörtlich zu verstehen: Nachdem ein Teig aufgegangen und zusammengefallen ist, wird ein Stück abgeschnitten und in einem luftdicht verschlossenen Plastikbehälter bis zu einer Woche im Kühlschrank aufbewahrt. Auf Raumtemperatur gebracht und in den nächsten Teig eingearbeitet, sorgt der Sauerteig-

ansatz erneut für gutes Gelingen. Er kann natürlich oder mit zugesetzter Hefe fermentieren und aus weißem Mehl oder einer Mehlmischung bestehen. Wenn Sie ein Rezept mit Sauerteigansatz verwenden, bereiten Sie eine Portion Hefeteig zu, schneiden etwa 250 g davon ab und stellen ihn in einem Plastikbehälter über Nacht in den Kühlschrank. Der restliche Teig kann zu Hefegebäck oder einem kleinen Brotlaib verarbeitet werden.

Frische Hefe oder **Bäckerhefe** ist ein weiteres häufig verwendetes Triebmittel. Sie wird in Würfeln von 42 g angeboten und findet sich im Kühlregal der Supermärkte. Sie kann im Kühlschrank etwa zwei Wochen aufbewahrt werden.

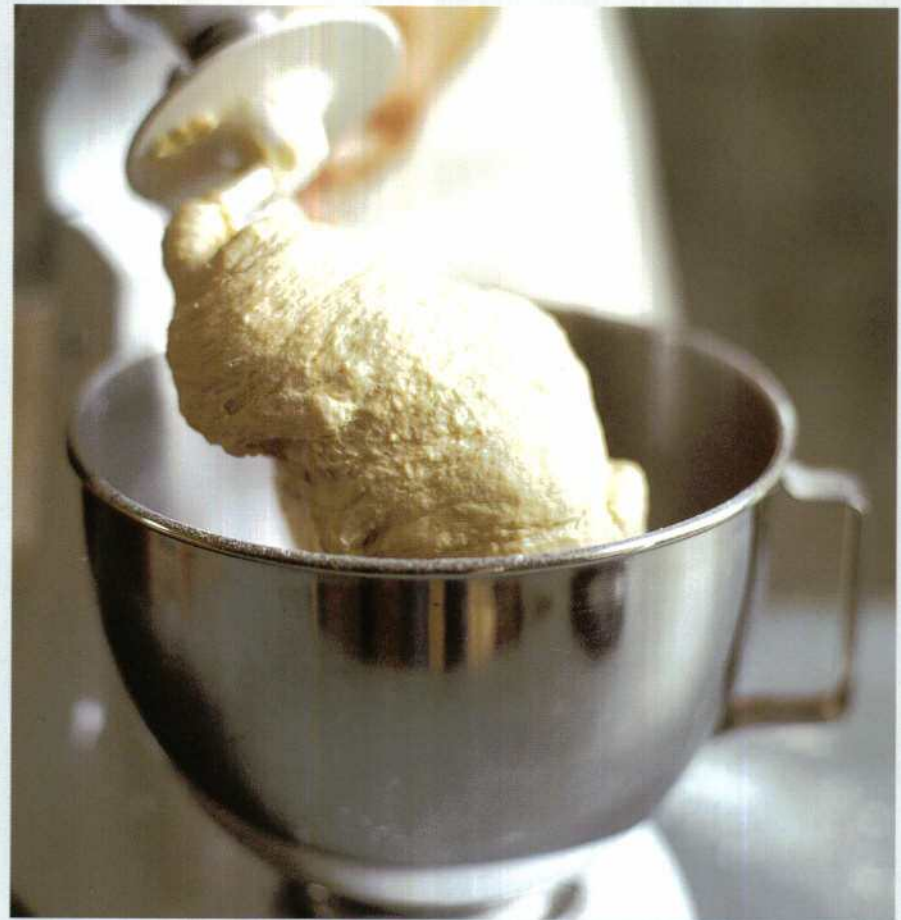
Normalerweise verwendet man etwa 21 g frische Hefe für 500 g Mehl. Zu viel Hefe verdirbt eher das Ergebnis als Zeit zu sparen. Mit weniger Hefe benötigt der Teig länger zum Gehen, doch die längere Fermentation verbessert den Geschmack. Die Hefe wird zerkleinert und mit einem Teil der abgemessenen Flüssigkeit in einer Schüssel oder einem Messbecher vermischt. Die Flüssigkeit sollte handwarm sein und sich an der Innenseite des Handgelenks noch angenehm anfühlen. Eine zu heiße Flüssigkeit tötet die Hefe ab, ist sie zu kühl, verlangsamt sich ihr Wachstum. Die Hefemischung gibt man dann mit der restlichen lauwarmen Flüssigkeit zum Mehl.

Trockenhefe besteht aus Extrakten. Das hellbraune Pulver ist in 7 g-Päckchen (im Reformhaus 11 g) erhältlich. Sie kann bei Zimmertemperatur oder im Kühlschrank aufbewahrt werden. Geöffnete Päckchen müssen sofort verbraucht werden. Die Hefe wird mit dem trockenen Mehl vermischt, muss also nicht in Flüssigkeit aufgelöst werden. Ein 7 g-Päckchen reicht für etwa 500 g Mehl.

Elektrische Rührgeräte

Die **Temperatur** ist für einen Hefeteig entscheidend. Er braucht Feuchtigkeit und angenehme Wärme. Ich gebe den fertig gekneteten Teig in eine saubere Schüssel und schiebe diese in eine große Plastiktüte, die ich fest verschließe. Dann lasse ich den Teig auf dem Küchentisch bei etwa 20 °C gehen. Um den Prozess zu verlangsamen, bleibt der Teig über Nacht im Kühlschrank oder in einem kalten Raum. Wenn Sie es eilig haben, stellen Sie den Teig auf eine warme Herdplatte oder an einen sonnigen Platz bei nicht mehr als 35 °C – sehen Sie häufig nach ihm. Der Teig sollte seine Größe nur verdoppeln – geht er mehr auf, könnte er im Ofen zusammenfallen. Teige, die Zeit zum Ruhen hatten, schmecken in der Regel besser und sind haltbarer als schnell gegangene. Schwere Teige benötigen jedoch viel Wärme, damit die Hefe arbeitet.

Weitere Backtriebmittel – der einfachste und schnellste Weg, Brotteig herzustellen, führt über chemische Triebmittel – Backpulver, Natron und Weinstein. Zusammen mit der passenden Flüssigkeit (Natron benötigt Säure, Weinstein etwas Alkalisches) und Wärme setzen diese Mittel sehr schnell Kohlendioxid frei, das den Teig in die Höhe treibt. Er muss nicht geknetet werden oder gehen. Statt dessen wird das Brot gebacken, kurz bevor die chemische Reaktion abgeschlossen ist.

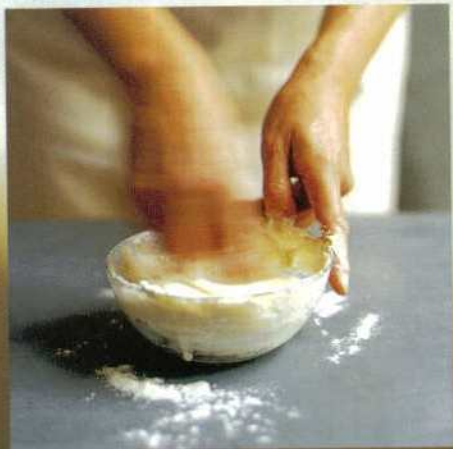
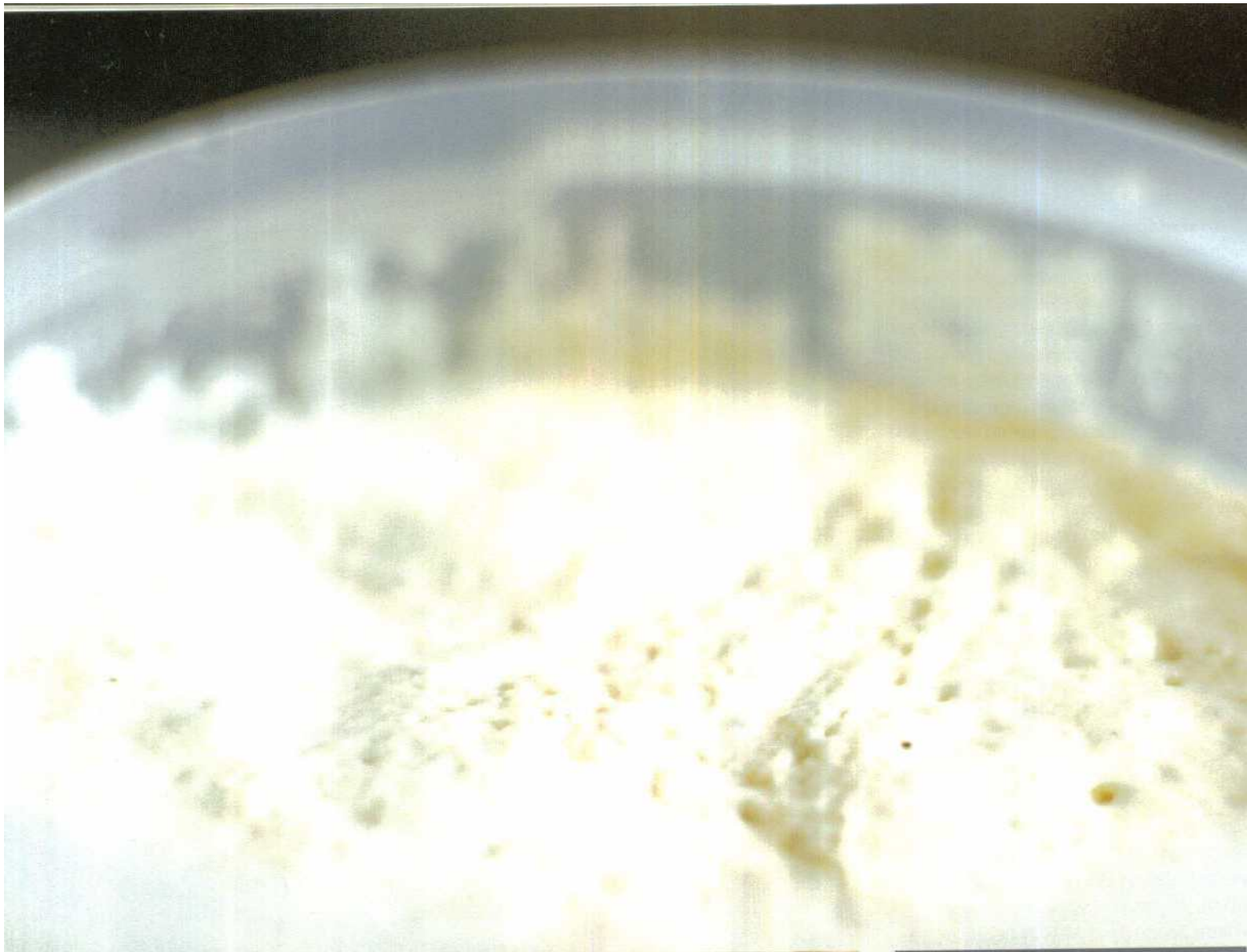


Viele Brotteige lassen sich mit einer **starkmotorigen Küchenmaschine** mischen und kneten. Halten Sie sich jedoch immer an die Angaben des Herstellers, verwenden Sie nur die Menge Mehl, die er empfiehlt. Verwenden Sie die niedrigste Stufe und bearbeiten Sie den Teig nicht länger als etwa 5 Minuten. Die meisten Teige können in der Maschine bereitet werden, solche etwa für Muffins oder Tortillas allerdings nicht. Als Faust-

regel gilt, dass jeder Teig mit der Maschine bearbeitet werden kann, der laut Rezept geknetet werden soll.

Einfachere Küchenmaschinen sind meist für Brotteige nicht geeignet, da die Maschinenleistung nicht ausreicht.

Die Kneithaken des **Handrührgeräts** können für leichtere Teige verwendet werden. Reicht allerdings die Maschinenleistung nicht aus, hilft nur noch Handarbeit.



Der Sauerteig als Vorteig

Ziel ist es, in der Luft und auf dem Mehl vorhandene natürliche Hefepilze und Milchsäurebakterien zum Wachsen anzuregen. Die einen produzieren Teig treibende Kohlendioxidbläschen, die anderen Milchsäure für den Geschmack. Ich nehme Auszugsmehl als Vorteig für jeden Zweck, aber Roggen- oder Vollkornmehle können ebenso verwendet werden. Je nach Qualität des Leitungswassers können Sie auch stilles Mineralwasser verwenden. Der Küchentisch ist für das Gehen des Vorteigs am besten geeignet.

für den Anfang

100 g Weizenmehl
Type 405 oder 550

115 ml lauwarmes Wasser
(siehe Rezeptanleitung)

für jede Auffrischung

100 g Weizenmehl
Type 405 oder 550

lauwarmes Wasser (siehe
Rezeptanleitung)

Mehl und Wasser zu einem dicken klebrigen Brei vermischen. Die Schüssel mit einem feuchten Geschirrtuch (nicht mit Klarsichtfolie!) bedecken und mit einem Gummiband sichern. An einem geschützten Platz auf dem Küchentisch ruhen lassen, das Tuch wenn nötig wieder anfeuchten.

Nach 2–4 Tagen sollte der Brei eine Haut haben, Bläschen bilden und nach Milch riechen. Riecht er eher unangenehm als leicht säuerlich oder zeigen sich Schimmelflecken oder gibt es keine „Lebenszeichen“, den Brei wegwerfen und neu beginnen.

Dem Brei 100 g Mehl und genug lauwarmes Wasser zufügen, um einen weichen, klebrigen Teig zu erhalten. Den Teig mit den Händen oder einem Holzlöffel bearbeiten, um ihm Luft zuzuführen. Mit einem feuchten Tuch bedeckt wie zuvor 24 Stunden ruhen lassen.

Der Vorteig sollte jetzt ausreichend Blasen werfen. Gut verrühren, dann die Hälfte des Teigs entfernen. Weitere 100 g Mehl und genug lauwarmes Wasser zugeben, um einen Teig wie zuvor zu erhalten. Zugedeckt weitere 12 Stunden ruhen lassen.

Der Sauerteigansatz wirft jetzt kräftig Blasen und ist bereit zur weiteren Verwendung – um sicherzustellen, dass die Menge für eine Portion Brot und den nächsten Ansatz reicht, muss das Volumen vergrößert werden. Dafür erneut 100 g Mehl und genug Wasser einarbeiten, um die Konsistenz des Teigs zu erhalten. Nach 6–8 Stunden sollte der Teig wieder Blasen werfen und kann zum Backen verwendet werden.

Wenn der Vorteig einmal angegangen ist, hält er unbegrenzt. Sehen Sie regelmäßig nach ihm, dann müssen Sie nie mehr Hefe oder Brot kaufen. Der Vorteig sollte alle 5 Tage aufgetrischt werden, auch wenn Sie ihn nicht verwenden (ein Tipp: Geben Sie die zu entfernende Hälfte an Freunde weiter, statt sie wegzuworfen).

Bewahren Sie den Teig in einem Plastikbehälter oder Glasgefäß im Kühlschrank auf. Wenn Sie ihn benötigen, bringen Sie ihn auf Zimmertemperatur und aktivieren Sie ihn wie oben beschrieben etwa 6 Stunden, bevor Sie mit dem Rezept beginnen. Der Vorteig sollte wieder Bläschen werfen.

Einen sehr kräftigen, mild schmeckenden Vorteig erhält man, indem der Sauerteigansatz alle 6–8 Stunden halbiert und aufgefrischt wird, bis er heftig Blasen wirft. Wenn der Vorteig stark säuerlich riecht und nur noch wenig arbeitet oder wenn Sie einige Wochen lang nicht gebacken haben, können Sie den Vorteig auf diese Art wieder auffrischen.

Hinweis: Wenn sich eine dunkle Flüssigkeit auf dem Teig ablagert, ist das kein Grund zur Sorge. Das geschieht, wenn der Vorteig eine Zeit lang nicht aufgefrischt wurde oder zu flüssig ist. Rühren Sie den Teig gut um und behandeln Sie ihn wie gewohnt.

Riecht der Vorteig stark und lässt Ihre Augen tränen, ist er in schlechter Verfassung. Reduzieren Sie ihn auf einige Esslöffel und geben Sie jeden Tag Mehl und Wasser im gleichen Verhältnis wie zuvor dazu, bis der Teig Blasen wirft und ein milchiges Aroma hat.

So wird ein Brot gebacken

Dieser Grundteig ist ein hervorragender Einstieg in die Welt des Brotbackens. Wenn Sie damit einige Laibe gebacken haben, bekommen Sie ein Gefühl für den Teig. Es kann nicht viel schief gehen – Sie können zwar die Hefe durch zu große Hitze abtöten, aber der Teig ist ansonsten einfacher zu handhaben als beispielsweise ein Nudelteig. Brotteig ist sehr anpassungsfähig; Sie können die Gärzeiten leicht durch die Veränderung der Temperatur beeinflussen.



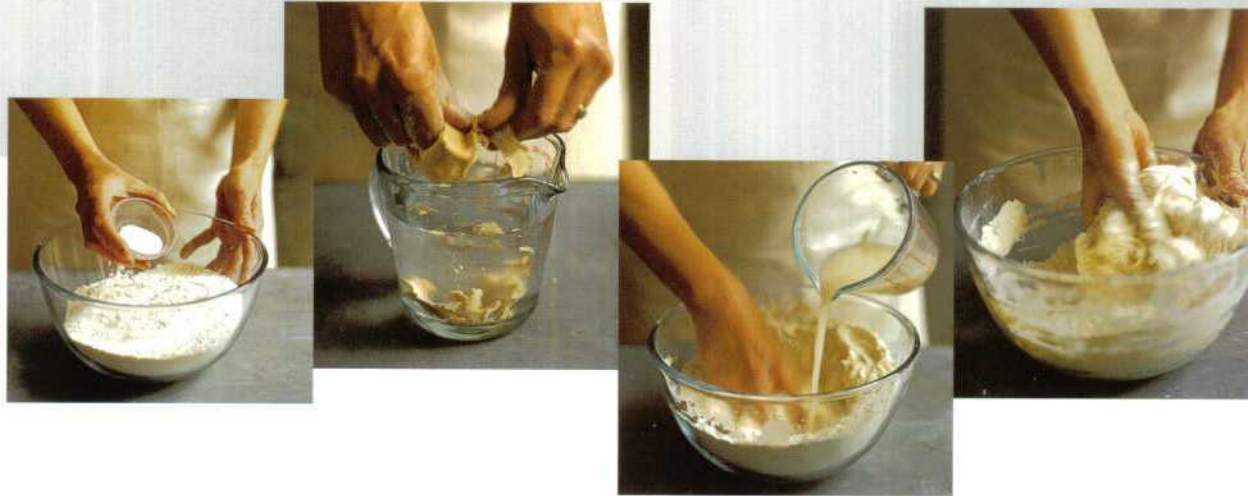
Grundteig Schritt für Schritt

700 g Weizenmehl Type 550
1 ½ TL Meersalz
425 ml lauwarmes Wasser
30 g frische Hefe*

1 großes gefettetes Backblech

ergibt 1 großen Laib

* Bei der Verwendung von Trockenhefe: 1 Päckchen (7 g) mit Mehl und Salz mischen, dann Butter hinzufügen und weiter wie im Rezept beschrieben verfahren.



1 Mehl und Salz in einer großen Schüssel mischen. Bei kaltem Wetter das Mehl einige Minuten im Ofen bei 150 °C (Umluft 120 °C; Gas Stufe 1–2) erwärmen – so hat die Hefe einen guten Start.

Alternativ kann das Mehl in der Mikrowelle auf höchster Stufe 15 Sekunden erwärmt werden.

2 Etwas Wasser in ein Gefäß oder eine Schüssel gießen und die Hefe hineinbröckeln. Das Wasser sollte höchstens handwarm sein, sonst wird die Hefe abgetötet.

Je nach Qualität des Leitungswassers kann auch stilles Mineralwasser verwendet werden.

3 Eine Mulde in das Mehl drücken und die Hefeflüssigkeit mit dem restlichen Wasser hineingießen.

4 Die Mischung mit den Händen zu einem Teig verarbeiten, der weder an der Schüssel noch an den Händen klebt. Er sollte sich fest anfühlen.

Bleibt der Teig weich und klebrig, teelöffelweise weiteres Mehl einarbeiten; fühlt er sich trocken und krümelig an und sind Krümel in der Schüssel, esslöffelweise mehr Flüssigkeit zugeben. Einige Rezepte verlangen nach einem weichen Teig, dadurch wird der Laib offener.



5 Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche 10 Minuten gut kneten, dabei auseinander ziehen, damit sich das Klebereiweiß zu langen Fäden entwickelt. Diese dehnen sich mit den von der Hefe produzierten Gasbläschen aus und sorgen dafür, dass der Teig aufgeht und kein schwerer Fladen bleibt.

Den Teig dazu immer wieder von allen Seiten mit dem Handballen ausstreichen wie beim Dehnen eines Gummibands und dann wieder zu einer Kugel formen, bis er sich sehr geschmeidig und seidig glatt anfühlt.

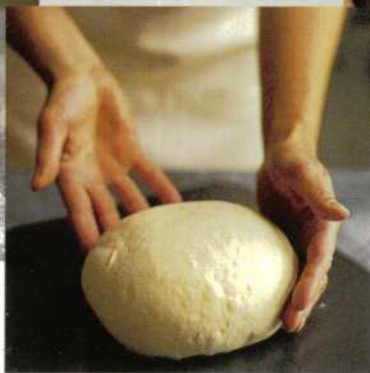
6 Um festzustellen, ob der Teig ausreichend geknetet wurde, ein Stück zwischen Daumen und Zeigefinger hochziehen. Das Stück sollte sich papierdünn ausziehen lassen und fast durchsichtig sein.

7 Den Teig zurück in die Schüssel legen, fest mit Klarsichtfolie oder einem Deckel verschließen und gehen lassen, bis sich sein Volumen verdoppelt hat. An einem warmen Ort dauert das etwa 1 Stunde, bei normaler Raumtemperatur etwa 1 ½ Stunden, 2–3 Stunden an einem kühlen Ort und eine Nacht im Kühlschrank.

8 Den Teig nicht zu lange gehen lassen, sonst fällt er später im Ofen zusammen. Er ist gut aufgegangen, wenn nach einem Druck mit dem Finger eine Delle im Teig bleibt.

9 Den Teig einige Male der Schüssel oder auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche fest zusammendrücken.

Die großen Luftbläschen werden dabei gleichmäßig im Teig verteilt, sodass fertige Laib eine gleichmäßige Struktur aufweisen. Einige Rezepte überspringen diesen Schritt, weil das fertige Brot Löcher haben soll – z. B. Ciabatta.



10 Den Teig behutsam zu einer ebenmäßigen Kugel formen, aber nicht mehr zu viel bearbeiten; eine unregelmäßige Form ist besser als ein harter Laib.

11 Den Laib auf das Blech setzen oder zu einem Zylinder geformt in eine gefettete, 900 g fassende Brotform legen. Blech oder Form in eine große Plastiktüte schieben, an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat. Hefe bevorzugt eine warme und feuchte Umgebung, und eine mit etwas Luft gefüllte verschlossene Tüte ist ideal. 45–60 Minuten gehen lassen oder länger, wenn der Teig vorher im Kühlschrank stand.

Inzwischen den Ofen auf 220 °C (Umluft 190 °C; Gas Stufe 3–4) vorheizen.

12 Den Laib aus der Tüte nehmen und mehrere Male mit einem scharfen Messer einschneiden.

Das Brot im vorgeheizten Ofen in etwa 35 Minuten goldbraun backen.

13 Um festzustellen, ob das Brot fertig gebacken ist, den Laib mithilfe eines dicken Tuchs oder Topfhandschuhen aus dem Ofen nehmen und umdrehen. Dann mit den Fingerknöcheln auf die Unterseite klopfen. Es sollte hohl klingen wie bei einer Trommel. Hört es sich dumpf an, das Brot zurück in den Ofen schieben, weitere 5 Minuten backen und dann die Probe wiederholen.

Das Brot vor dem Anschneiden auf einem Gitterrost vollständig abkühlen lassen.

Variationen:

- Die Hälfte des Mehls durch Vollkornmehl ersetzen; dies ergibt einen wohlschmeckenden Laib von nicht zu schwerer Beschaffenheit.
- Für ein Vollkornbrot 700 g Weizenvollkornmehl verwenden. Der Teig ist schwerer zu bearbeiten, das Brot hat eine dichtere Konsistenz und ein herzhaftes Aroma.
- Die Krume wird weicher, wenn der Teig mit lauwarmer Milch statt Wasser vermischt wird.
- Weizenmehl ganz oder teilweise durch Dinkel- oder Kamutmehl ersetzen; ergibt ein sehr aromatisches Brot mit nussigem Geschmack.
- Ein Viertel des Mehls durch Roggenmehl ersetzen. Roggenbrote werden viel schwerer als Weizenbrote.





Amerika

Die Amerikaner verdanken ihre vielfältigen Kochtraditionen der beispiellosen Vermischung von Völkern und Kulturen und, in Nordamerika, der enormen Bandbreite an verfügbaren Nahrungsmitteln, die unter besten Bedingungen angebaut und produziert werden können.

Das berühmteste amerikanische Brot dürfte das Maisbrot der Ureinwohner sein. Mit Maismehl gebacken, gewürzt mit Schinkenspeck oder scharfen Pfefferschoten und Maiskörnern, frisch und heiß aus der Pfanne gegessen – so lieben es Stalknechte und Börsenmakler gleichermaßen. Ein Beweis, dass Fast Food so köstlich wie gesund sein kann.

Roggen wurde neben Mais von den frühen Siedlern an der Ostküste angebaut. Einige Brote aus dem schweren Teig, wie das Bostoner Braunbrot, wurden in einem Kessel über dem Feuer gedämpft. Später brachten jüdische Immigranten aus Süddeutschland ganz andersartige Rezepte nach New York und Umgebung. Sie brachten auch die Bagels mit, die sich heute in allen 50 Staaten finden. Als sich in den Präriestaaten des Mittleren Westens die großen Weizenfelder ausbreiteten, trat das Weizenmehl seinen Siegeszug an und ermöglichte leichte luftige Donuts und kalifornischen Sauerteig, bestehend aus hochwertigem Mehl und richtigen, lebenden Vorteigkulturen statt Aromastoffen aus der Tüte.

Supermärkte und Geschäfte bieten eine riesige Auswahl an Mehl- und Getreidesorten. Ich empfehle allen, die nur den Backshop im Supermarkt oder eine Brotbackmaschine kennen, eines dieser klassischen amerikanischen Rezepte auf die traditionelle Art zu backen.



für die Brötchen

650 g doppelgriffiges Weizenmehl Type 405
 1 EL Meersalz
 2 TL feiner Zucker
 50 g ungesalzene Butter, gewürfelt
 21 g frische Hefe*
 400 ml lauwarme Milch
 1 großes frisches Ei, verquirlt
 etwas Sesamseed zum Bestreuen

für die Glasur

3 EL Milch
 1 gute Prise Salz

einige Backbleche, gefettet

ergibt 18 Stück

**Bei Verwendung von Trockenhefe 1 Päckchen (7 g) mit Mehl, Salz und Zucker mischen. Milch und Ei zufügen und weiter wie im Rezept beschrieben verfahren.*

Wenn Sie nur die faden Supermarkt-Versionen kennen, werden diese weißen Brötchen Sie begeistern. Ihre weiche Krume und ihre Kruste laden geradezu zum Aufschneiden und Füllen ein – für beste Burger oder Chili-Hotdogs. Ich verwende sie am liebsten für Hummerbrötchen, mein Sommer-Festessen.

Brötchen für Hamburger und Hotdogs

Mehl, Salz und Zucker in einer großen Schüssel mischen. Butter mit den Fingerspitzen in den Teig reiben, bis eine feinkrümelige Mischung entsteht. Eine Mulde in die Mitte drücken.

Die Hefe in eine kleine Schüssel bröckeln, mit 100 ml Milch zu einer glatten Flüssigkeit verrühren. Mit der restlichen Milch und dem Ei in die Mulde gießen. Mehl nach und nach in die Flüssigkeit einarbeiten, bis ein weicher, nicht klebriger Teig entsteht. Bleibt der Teig klebrig, esslöffelweise weiter Mehl einarbeiten; sind trockene Krümel in der Schüssel oder fühlt sich der Teig hart und trocken an, esslöffelweise mehr lauwarme Milch zugeben.

Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche sorgfältig etwa 10 Minuten kneten, bis er glatt und sehr geschmeidig ist. Teig in die Schüssel geben, mit Klarsichtfolie bedecken und an einem nicht zu warmen Ort in etwa 1 Stunde bis zum doppelten Volumen gehen lassen.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche fest zusammendrücken und in 18 gleich große Stücke teilen.

Für Hamburger den Teig zu Bällchen formen; jedes Teigstück mit der Hand umschließen, sodass Fingerspitzen und Handgelenk die Arbeitsplatte berühren. Die Hand vorsichtig hin und her drehen und den Teig darunter zu einem glatten, gleichmäßigen Ball formen. Behutsam zu einem etwa 10 cm großen Brötchen abflachen.

Für Hotdogs jedes Teigstück zu einer etwa 15 cm langen Wurst formen, die Enden behutsam mit den Handkanten abschrägen.

Die Teigstücke mit leichtem Abstand auf die Bleche setzen. Bleche in Plastiktüten schieben und verschließen. Teigstücke in etwa 45 Minuten gehen lassen, bis sich das Volumen fast verdoppelt hat. Inzwischen den Ofen auf 230 °C (Umluft 200 °C; Gas Stufe 4–5) vorheizen.

Für die Glasur Salz und Milch vermischen und die Stücke leicht mit der Mischung bestreichen. Die Hamburger-Brötchen können auch mit Sesamseed bestreut werden.

Brötchen 5 Minuten backen, Temperatur auf 200 °C (Umluft 170 °C; Gas Stufe 3) senken und in weiteren 5–10 Minuten goldbraun und fest backen. Damit die Krusten weich bleiben, auf einem Gitterrost abkühlen lassen, dabei mit einem trockenen Geschirrtuch bedecken.

Innerhalb von 24 Stunden verzehren. Tiefgefroren bis zu 1 Monat haltbar.





Kalifornisches Sauerteigbrot

Es scheint fast mehr Rezepte für dieses Brot zu geben als Bäcker in Kalifornien. Bevor der Laib geformt und gebacken wurde, behielten die Pioniere und Siedler ein Stück Teig als Gehhilfe für die nächste Portion zurück. Heute verwenden Bäcker viele Triebmittel; beiseite gelegte Teigansätze, flüssigen Sauerteig, frische Hefe, Sauerteigextrakt, Natron. Am Ende steht immer ein leichtes, mild gesäuertes, gut gegangenes weißes Brot. Authentisch wird der Geschmack durch die nebschwere Atmosphäre und das Wasser der Region um San Francisco, die schwer nachzuahmen sind, aber das hier ist eine gute Annäherung.

200 g Sauerteigansatz
(siehe S. 13)*
500 ml lauwarmes Wasser
30 g frische Hefe**
900 g Weizenmehl
Type 550
2 TL Meersalz

2 Backbleche, gefettet

ergibt 2 Laibe

**Wenn kein Sauerteigansatz vorhanden ist, ein kleines Teigstück, etwa 150 g, von einem zuvor gebackenen Brot verwenden. Nach und nach genug lauwarmes Wasser einarbeiten, um einen sehr weichen Teig zu erhalten. Zugedeckt 8 Stunden bei Raumtemperatur stehen lassen. Dann 200 g davon als Ansatz für dieses Rezept verwenden.*

***Bei Verwendung von Trockenhefe 1 Päckchen (7 g) mit Mehl und Salz verrühren und in die Mischung aus Sauerteigansatz und Wasser einarbeiten.*

Vorteig und Wasser in einer großen Schüssel mit den Händen zu einem flüssigen Teig verrühren. Die Hefe zerbröckeln und in die Mischung einarbeiten. Mehl und Salz mischen und nach und nach mit der Hand in die Flüssigkeit kneten. Der Teig sollte weich, aber nicht klebrig sein: Fühlt er sich zu locker an, esslöffelweise weiteres Mehl einarbeiten. Ist er hart oder trocken oder sind Krümel in der Schüssel, esslöffelweise mehr Wasser zugeben.

Auf der bemehlten Arbeitsfläche sorgfältig zu einem glatten, festen, sehr elastischen Teig kneten. Den Teig wieder in die Schüssel legen und mit Klarsichtfolie bedecken. Am besten in einem kühlen Raum langsam gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat; das dauert etwa 4 Stunden oder 1 Nacht im Kühlschrank.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche fest zusammendrücken (Teig aus dem Kühlschrank erst 1 ½–2 Stunden Raumtemperatur annehmen lassen).

Den Teig halbieren, jeweils mit Klarsichtfolie bedecken und 10 Minuten ruhen lassen. Jede Portion zu einer Kugel formen, den Teig dabei möglichst wenig bearbeiten. Die Laibe auf die Bleche legen und jedes in eine Plastiktüte schieben und verschließen. Die Laibe bei normaler Raumtemperatur in etwa 2 Stunden auf knapp das doppelte Volumen gehen lassen.

Inzwischen den Ofen auf 220 °C (Umluft 190 °C; Gas Stufe 3–4) vorheizen. Dabei ein mit Wasser gefülltes hitzebeständiges Gefäß in den Ofen stellen: Durch den Dampf entwickelt sich später eine schöne Brotkruste.

Die Oberfläche der Laibe mit einem kleinen gezackten Messer rautenförmig einschneiden. Die Laibe in den Ofen schieben und etwa 30 Minuten backen; die Brote müssen sich bei der Klopffprobe hohl anhören.

Auf einem Gitterrost abkühlen lassen, möglichst innerhalb von 5 Tagen verzehren. Tiefgekühlt bis zu 1 Monat haltbar.



Dieses leichte, sehr aromatische Brot erinnert meinen Mann an seine Kindheit, er misst jedes andere Brot daran. Man kann ausgezeichnete Sandwiches daraus machen, es schmeckt hervorragend mit Räucherlachs und lässt sich gut toasten. Die ersten holländischen Bäcker in New Amsterdam nahmen Kümmelkörner und Roggenmehl – Weizenmehl war zu teuer für die tägliche Verwendung. Joghurt säuert den Roggen und hilft bei der Fermentation.

New Yorker Roggenbrot

Mehl, Salz und Kümmel in einer großen Schüssel mischen und eine Mulde in die Mitte drücken. Bei kaltem Wetter das Mehl einige Minuten im Ofen oder einige Sekunden in der Mikrowelle leicht erwärmen.

Hefe in eine kleine Schüssel bröckeln, etwa ein Viertel des Wassers zugeben und die Hefe darin auflösen. Zusammen mit restlichem Wasser und Joghurt in die Mulde gießen. Mehl nach und nach einarbeiten, bis ein weicher, nicht klebriger Teig entsteht. Die Beschaffenheit von Mehl ist nicht immer gleich; fühlt sich der Teig klebrig an, esslöffelweise weiteres Weizenmehl einarbeiten, ist er hart oder trocken oder sind Krümel in der Schüssel, esslöffelweise weiteres Wasser zugeben.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche in etwa 10 Minuten sehr geschmeidig kneten. Wieder in die Schüssel geben, mit Klarsichtfolie bedecken und an einem warmen Ort etwa 1 ½ Stunden gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche fest zusammendrücken, halbieren und jedes Stück zu einem Oval formen. Mit der Handkante eine tiefe Falte in die Mitte jedes Ovals drücken und zu einer ovalen Wurst rollen, bis die Naht unten liegt und die Oberfläche glatt und gleichmäßig ist. Die Laibe auf die Backbleche legen, jedes in eine Plastiktüte schieben und in etwa 1 Stunde erneut bis zum doppelten Volumen gehen lassen.

Inzwischen den Ofen auf 220 °C (Umluft 190 °C; Gas Stufe 3–4) vorheizen. Die Oberfläche der Laibe mit einem scharfen Messer einschneiden. Etwa 35 Minuten backen, bis die Brote bei der Klopprobe hohl klingen. Die Brote auf einem Gitterrost abkühlen lassen.

Innerhalb von 5 Tagen verzehren, Tiefgekühlt bis zu 1 Monat haltbar.

300 g Roggenmehl
Type 815

700 g Weizenmehl
Type 550

2 TL Meersalz

2 TL Kümmelkörner

42 g frische Hefe*

575 ml lauwarmes Wasser

2 EL Naturjoghurt, zimmerwarm

2 Backbleche, gefettet

ergibt 2 Laibe

**Bei Verwendung von Trockenhefe 2 Päckchen (à 7 g) mit Mehl, Salz und Kümmel mischen. Wasser und Joghurt zufügen und weiter wie im Rezept beschrieben verfahren.*





Bagels

Die Bagels, die von New York aus ihren Siegeszug durch Amerika antraten, kommen ursprünglich aus Süddeutschland. Sie eroberten dann das polnische Shtetl, wo Straßenhändler das beliebte Brot tagtäglich verkauften. Aber erst die jüdischen Feinkosthändler in New York machten aus dem „Armreif“ (*bangle*) einen Begriff. Die berühmte weiche Krume und weich glänzende Kruste erhält man, indem die aufgegangenen Teigringe vor dem Backen kurz blanchiert werden. Wählen Sie Ihren Lieblingsbelag – oder kombinieren Sie die Beläge nach Belieben.

für die Bagels

500 g doppelgriffiges Weizenmehl Type 405
2 TL Meersalz
21 g frische Hefe*
¼ l lauwarmes Wasser
2 TL Malzextrakt
1 frisches Ei, verquirlt
2 EL Butter, geschmolzen, oder Pflanzenöl

außerdem

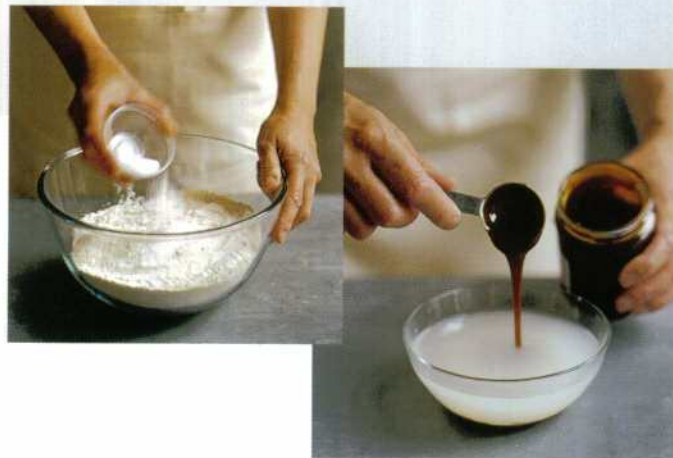
1 TL Malzextrakt zum Blanchieren
1 frisches Eiweiß, leicht verquirlt, zum Glasieren
Sesamsamen, Mohnsamen, Sonnenblumenkerne, Kümmelkörner oder Zwiebelstückchen zum Bestreuen

einige Backbleche, gefettet

ergibt 12 Stück

**Bei Verwendung von Trockenhefe: 1 Päckchen (7 g) mit Mehl und Salz mischen. Eine Mulde in die Mitte drücken, flüssige Zutaten zufügen und weiter wie im Rezept beschrieben verfahren.*

Schritt für Schritt



1 Mehl und Salz in einer großen Schüssel gut vermischen, eine Mulde in die Mitte drücken.

2 Die Hefe in eine kleine Schüssel bröckeln, die Hälfte des Wassers, dann den Malzextrakt hinzufügen und die Hefe darin auflösen.



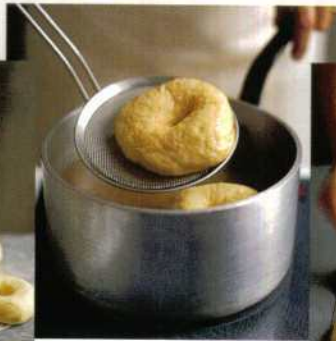
3 Die Hefe mit dem restlichen Wasser, Ei und Butter oder Öl in die Mulde gießen.

4 Mit den Händen die Zutaten in der Mulde vermischen, dann nach und nach das Mehl einarbeiten, bis ein weicher, geschmeidiger Teig entsteht. Ist er hart und trocken, weiteres Wasser zugeben. Den Teig 5 Minuten ruhen lassen.

5 Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche etwa 10 Minuten gut kneten, bis er sehr glatt und elastisch ist. Wieder in die Schüssel geben, die Schüssel in eine große Plastiktüte schieben oder mit Klarsichtfolie bedecken. Den Teig bei normaler Raumtemperatur etwa 1 ½ Stunden gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

6 Den Teig mit den Fingerknöcheln zusammendrücken, dann auf der bemehlten Arbeitsfläche in 12 gleiche Stücke teilen. Jedes zu einer Kugel formen, alle Teigkugeln mit einem trockenen Geschirrtuch bedecken und etwa 5 Minuten ruhen lassen.

7 Die Teigkugeln leicht mit den Fingerspitzen abflachen.



8 Den Zeigefinger in Mehl tauchen und durch jede Kugel drücken, um einen Ring zu formen. Den Teig um den Finger kreiseln lassen, um das Loch zu vergrößern – es schließt sich beim Blanchieren wieder etwas.

9 Die Bagels mit ausreichendem Abstand auf ein bemehltes Backblech legen, mit einem trockenen Geschirrtuch bedecken und 15 Minuten ruhen lassen.

Inzwischen den Ofen auf 200 °C (Umluft 170 °C; Gas Stufe 3) vorheizen.

10 In einem großen Topf Wasser aufkochen. Den Malzextrakt zugeben und gut verrühren. Jeweils 2–3 Bagels auf einmal im kochenden Wasser etwa 30 Sekunden blanchieren.

Mit dem Schaumlöffel wenden und nach weiteren 30 Sekunden herausnehmen. Gut abtropfen lassen und auf gefettete Bleche setzen.

11 Die blanchierten Bagels mit dem Eiweiß bestreichen, darauf achten, dass die Teigringe dabei nicht am Blech festkleben.

12 Die Bagels so lassen oder mit dem gewählten Belag bestreuen. Dann in 20–25 Minuten goldbraun backen und auf einem Gitterrost abkühlen lassen.



Die traditionelle Freitagabend-Mahlzeit in New England setzte sich früher aus gebackenen Bohnen, Frankfurter Würstchen und einem dunklen, etwas süßen und klebrigen Brot zusammen, das zu gleichen Teilen aus Roggen-, Weizenvollkorn- und Maismehl bestand. Damals über Bohnen und Würstchen gedämpft, backen es die Bäcker der Gegend inzwischen im Ofen, was Geschmack und Beschaffenheit des Brotes verbessert. Die Kombination aus Brot und Bohnen hat jedoch nichts von ihrer Beliebtheit eingebüßt.

Bostoner Braunbrot

120 g Weizenvollkornmehl
120 g Roggenvollkornmehl
120 g Maismehl
½ TL Meersalz
¼ TL Backpulver
1 ½ TL Natron
115 g ungeschwefelte
Melasse
450 ml Milch

1 kleine, tiefe Kuchenform
(etwa 11 cm Ø und 17 cm
tief)

ergibt 1 Laib

Den Ofen auf 150 °C (Umluft 120 °C; Gas Stufe 1–2) vorheizen.

Mehl, Salz, Backpulver und Natron in einer großen Schüssel gut vermischen. Eine Mulde in die Mitte drücken.

Die Melasse mit der Milch leicht erwärmen und durch Rühren auflösen, dann in die Mulde gießen. Mit einem Holzlöffel die Mehlmischung nach und nach einarbeiten, bis ein dickflüssiger glatter Teig entstanden ist.

Die Kuchenform mit hitzebeständiger Folie auskleiden und sie oben 10 cm überstehen lassen. Die Folie gut buttern und die Teigmischung in die Form löffeln. Der Behälter sollte zu etwa drei Vierteln voll sein. Die Folie oben mit einem Metallclip verschließen.

Etwa 1 ¼–1 ½ Stunden backen. An einem eingestochenen Spießchen darf beim Herausziehen kein Teig mehr haften bleiben. 5 Minuten abkühlen lassen, dann das Brot behutsam aus der Form entfernen. Auf einem Gitterrost abkühlen lassen.

Das Brot noch warm oder am gleichen Tag verzehren.

Variante: Für eine süßere Version 60 g Rosinen oder getrocknete Preiselbeeren in den Teig mischen, in die Form löffeln und wie beschrieben backen.







Es wird Frühling in Vermont, wenn die Ahornsirupmühlen ihre Arbeit aufnehmen. Dieser Laib verbindet zwei in den USA sehr beliebte Zutaten zu einem geschmackvollen Brot. Vollkornmehl und das Rösten der Nüsse verstärken das Aroma. Es ist ein gutes Frühstücksbrot, mit Schinken und Käse eignet es sich auch für Sandwiches.

Pecannussbrot mit Sirup

350 g Weizenvollkornmehl
350 g Weizenmehl
Type 550
2 TL Meersalz
200 g Pecannüsse, leicht
geröstet und grob gehackt
30 g frische Hefe*
375 ml lauwarmes Wasser
150 g Ahornsirup

2 Brotbackformen à 450 g,
leicht gefettet

ergibt 2 Laibe

**Bei Verwendung von
Trockenhefe: 1 Päckchen
(7 g) mit Mehl, Salz und
Nüssen mischen; Wasser
und Sirup hinzufügen und
weiter wie im Rezept be-
schrieben vorgehen.*

Mehl, Salz und Nüsse in einer großen Schüssel mischen und eine Mulde in die Mitte drücken. Die Hefe in eine kleine Schüssel bröckeln, die Hälfte des Wassers zugießen und die Hefe darin auflösen. Die Mischung in die Mulde gießen, das restliche Wasser und den Sirup zugeben. Die Zutaten in der Mulde mischen, nach und nach das Mehl einarbeiten, bis ein weicher, nicht klebriger Teig entsteht. Bleibt der Teig an den Fingern kleben, esslöffelweise weiteres Mehl einarbeiten; fühlt er sich fest und trocken an oder sind Krümel in der Schüssel, esslöffelweise Wasser zugeben.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche in etwa 10 Minuten sehr elastisch kneten. Den Teig wieder in die Schüssel geben, mit Klarsichtfolie bedecken und an einem warmen Ort etwa 1 ½ Stunden gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche zusammendrücken, halbieren und jedes Stück zu einem in die Form passenden Laib formen. Jeden Laib in eine Form setzen, diese in eine Plastiktüte schieben und die Tüte verschließen. Wie zuvor in etwa 45–60 Minuten auf doppeltes Volumen gehen lassen.

Inzwischen den Ofen auf 200 °C (Umluft 170 °C; Gas Stufe 3) vorheizen.

Die Brote im Ofen etwa 30–35 Minuten gut goldbraun backen; bei der Klopfprobe müssen sie sich hohl anhören. Aus der Form nehmen und auf einem Gitterrost abkühlen lassen.

Möglichst innerhalb von 4 Tagen verzehren, Tiefgekühlt bis zu 1 Monat haltbar.

Challah mit Mohn

Dieses kunstvoll geflochtene Sabbatbrot aus bis zu zwölf Teigzöpfen wurde bereits im Mittelalter von Juden in Mitteleuropa gebacken. Der weiche süße Teig mit Eiern, Honig und Fett bildete einen vollkommenen Kontrast zum groben, harten, leicht bitteren täglichen Brot. Die Juden brachten ihr Challah zuerst nach Osteuropa, später nach Amerika. Hier wird der Teig zu einem vierstrangigen Zopf geformt und mit Mohnsamen bestreut.

für das Brot

700 g Weizenmehl Type 550
2 TL Meersalz
30 g frische Hefe*
220 ml lauwarmes Wasser
3 frische Eier, verquirlt
3 EL Honig
100 ml Sonnenblumenöl oder
85 g ungesalzene Butter, geschmolzen und abgekühlt

außerdem

1 frisches Ei, mit 1 Prise Salz verquirlt
2 TL Mohnsamen

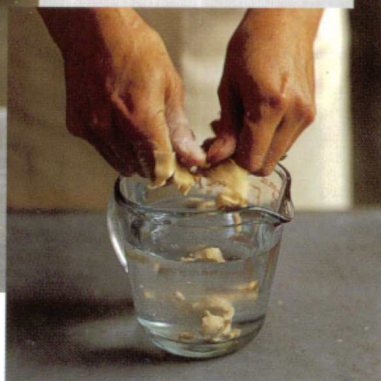
1 großes Backblech, gefettet

ergibt 1 großen Laib

**Bei Verwendung von Trockenhefe 1 Päckchen (7 g) mit Salz und Mehl mischen, dann weiter wie im Rezept beschrieben.*



Schritt für Schritt



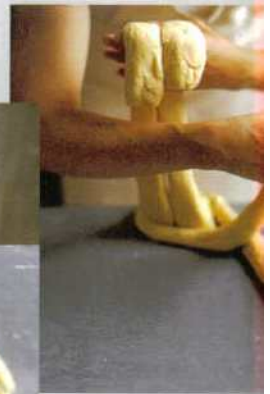
1 Mehl und Salz in einer großen Schüssel gut vermischen und eine Mulde in die Mitte drücken.

2 Das Wasser in ein Gefäß oder eine kleine Schüssel gießen, die Hefe hineinbröckeln und auflösen.

3 Die Hefeflüssigkeit in die Mulde gießen, dann Eier, Honig und Öl oder Butter hinzufügen. Die Zutaten in der Mulde vermischen und nach und nach das Mehl einarbeiten, bis ein weicher, nicht klebriger Teig entsteht. Ist er zu trocken, esslöffelweise weiteres Wasser zugeben; ist er zu klebrig, esslöffelweise mehr Mehl einarbeiten.

4 Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche etwa 10 Minuten kneten, bis er sehr glatt und elastisch ist.

5 Den Teig wieder in die gesäuberte und leicht eingölte Schüssel geben und darin rollen, damit die Oberfläche dünn mit Öl bedeckt ist – so bildet sich keine Haut. Die Schüssel in eine leicht aufgeblasene Plastiktüte schieben und diese verschließen. Oder die Schüssel mit Klarsichtfolie bedecken. Den Teig gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat. Das dauert bei normaler Raumtemperatur etwa 1 ½ Stunden oder eine Nacht im Kühlschrank.



6 Den Teig zusammendrücken und zugedeckt erneut auf das doppelte Volumen gehen lassen; das dauert bei normaler Raumtemperatur etwa 45 Minuten (etwas länger, wenn der Teig zuvor kalt gestellt wurde).

7 Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche erneut zusammendrücken. In vier gleiche Stücke teilen.

8 Jedes Stück mit den Händen zu einem etwa 40 cm langen und 2,5 cm dicken Strang ausrollen.

9 Die Stränge an einem Ende fest zusammendrücken und der Länge nach nebeneinander legen, dabei etwas Abstand lassen.

10 Den Strang links außen unter den 2 mittlere durchschieben.



11 Diesen Strang über denjenigen, der zuletzt unterquert wurde, zurücklegen.



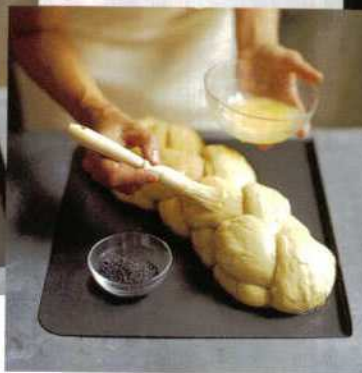
12 Den Strang rechts außen unter den beiden bereits verflochtenen in der Mitte durchschieben und über denjenigen, der zuletzt unterquert wurde, wieder zurücklegen.

Auf diese Weise fortfahren, bis der ganze Teigzopf geflochten ist; die Enden auf der Unterseite zusammen-drücken.



13 Den Zopf auf das Backblech legen und das Blech in eine leicht aufgeblasene Plastiktüte schieben. Den Teig etwa 45 Minuten bei normaler Raumtemperatur gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Inzwischen den Ofen auf 220 °C (Umluft 190 °C; Gas Stufe 3–4) vorheizen.



14 Den Zopf behutsam zweimal mit der Eigelasur bestreichen.



15 Die Challah mit den Mohnsamen bestreuen und im Ofen 10 Minuten backen. Die Temperatur dann auf 190 °C (Umluft 160 °C; Gas Stufe 2–3) reduzieren und weitere 30 Minuten backen, bis der Zopf goldbraun ist und bei der Klopfprobe auf der Unterseite hohl klingt. Auf einem Gitterrost auskühlen lassen.

Innerhalb von 4 Tagen verzehren. Der abgekühlte Zopf kann bis zu 1 Monat eingefroren werden.



Frühstücksdonuts

In alten Rezeptbüchern findet man viele Donut-Rezepte: Sie ergaben ein schnelles und nahrhaftes Frühstück. Heute haben Kaffee und Donuts einen großen Stellenwert für Amerikas Frühaufsteher. Die Basis ist hier ein altes Rezept irischer Siedler, das keinen Hefeteig, sondern zerdrückte, mehlig kochende Kartoffeln als Grundlage vorsieht. Die Gewürze machen das Rezept zu etwas Besonderem – ich feiere mit diesen Donuts das jüdische Fest Chanukka.

Das Mehl mit Salz, Gewürzen, Natron und Zucker in einer großen Schüssel vermischen. Die Butter mit den Fingerspitzen ins Mehl kneten, bis die Mischung krümelig ist.

Die Kartoffeln kurz einarbeiten, dann die Eier und die Buttermilch unterrühren, so dass ein weicher Teig entsteht. Fühlt er sich zu klebrig an, esslöffelweise weiteres Mehl zufügen.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche einige Sekunden kneten, dann etwa 1 1/2 cm dick ausrollen. Mit der größeren Form Plätzchen ausstechen, die Mitte jedes Plätzchens mit der kleinen Form ausstechen. Die Teigreste erneut ausrollen und weitere Ringe ausstechen.

Einen tiefen Topf ein Drittel hoch mit Öl füllen (oder eine Fritteuse nach Herstellerangaben füllen). Das Öl auf 180 °C erhitzen (ein Brotwürfel muss darin in 40 Sekunden braun werden). Immer gleichzeitig 2–3 Donuts darin etwa 4 Minuten fritieren, bis sie schön braun sind, häufig wenden. Mit dem Schaumlöffel herausnehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Die Zutaten für den Zimtzucker vermischen, über die Donuts streuen und die warmen Teigringe mit Kaffee servieren.

Innerhalb von 24 Stunden verzehren.

für die Donuts

450 g Weizenmehl
Type 405
1/4 TL Meersalz
1/4 TL gemahlener Ingwer
1/4 TL Zimtpulver
1/4 TL Muskatnuss, frisch
gemahlen
1 1/4 TL Natron
200 g feiner Zucker
40 g ungesalzene Butter,
gewürfelt
225 g mehlig kochende
Kartoffeln, gekocht und fein
zerdrückt
2 frische Eier, verquirlt
230 ml Buttermilch (oder
eine Mischung aus Natur-
joghurt und teilentrahmter
Milch zu gleichen Teilen)
Pflanzenöl zum Frittieren

für den Zimtzucker

2 EL feiner Zucker
1 TL Zimtpulver

2 runde Ausstechformen,
mit 8 und 2 cm Ø

ergibt 12 Stück

Dies ist ein köstliches Rezept für ein Maisbrot aus Hefeteig, mit frischen Maiskörnern, Chilischoten und sehr reifem Käse, etwa Cheddar. Reichen Sie mexikanische Omeletts oder Salat dazu oder machen Sie Sandwiches daraus.



Frisches Maisbrot mit Käse und Chilis

500 g Weizenmehl
Type 405 oder 550
60 g Weizenvollkornmehl
120 g grober Maisgrieß
125 g frische Maiskörner
oder TK-Ware, aufgetaut
1 ½ TL Meersalz
125 g Käse, gerieben
2 Frühlingszwiebeln, in feine
Ringe geschnitten
2 milde Chilischoten, ent-
kernt und fein gehackt
30 g frische Hefe*
300 ml lauwarmes Wasser
1 frisches Ei, verquirlt
1 EL Honig

2 Brotbackformen à 450 g,
gefettet

ergibt 2 Laibe

**Bei Verwendung von
Trockenhefe 1 Päckchen
(7 g) mit den trockenen Zu-
taten mischen, dann Was-
ser, Honig und Ei zugeben
und weiter wie im Rezept
beschrieben verfahren.*

Mehl, Mais, Salz, Käse, Frühlingszwiebeln und Chilis in einer großen Schüssel gut vermischen. Eine Mulde in die Mitte drücken.

Die Hefe im lauwarmen Wasser auflösen und die Flüssigkeit in die Mulde gießen. Ei und Honig mit der Flüssigkeit vermischen, dann nach und nach die Mehlmischung einarbeiten, bis ein schwerer, weicher, nicht klebriger Teig entsteht. Fühlt er sich klebrig an, esslöffelweise mehr Mehl zugeben, sind trockene Krümel in der Schüssel oder ist der Teig hart und trocken, esslöffelweise weiteres lauwarmes Wasser hinzufügen.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche 5 Minuten kneten.

Den Teig zurück in die Schüssel legen, mit Klarsichtfolie bedecken und etwa 1 ½ Stunden an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche zusammendrücken und halbieren. Jedes Stück zu einem in die Form passender Zylinder formen und hineinlegen. Die Formen in eine große Plastiktüte schieben und diese verschließen. Wie zuvor in etwa 1 Stunde auf das doppelte Volumen gehen lassen.

Inzwischen den Ofen auf 200 °C (Umluft 170 °C; Gas Stufe 3) vorheizen. Die Brote in etwa 30 Minuten goldbraun backen; bei der Klopfprobe auf der Unterseite sollten sie hohl klingen. Die Brote auf einem Gitterrost abkühlen lassen.

Innerhalb von 4 Tagen verzehren. Tiefgekühlt bis zu 1 Monat haltbar.







Frisch gebackenes Maisbrot isst man in Amerika zu Chili, Eintöpfen und Suppen. Dieses Rezept, das sich leicht zubereiten lässt, wird mit Maiskörnern, zerstoßenem schwarzem Pfeffer und Chiliflocken verfeinert.

Maisbrot mit Pfeffer

140 g grober Maisgrieß
 115 g Weizenmehl
 Type 405 oder 550
 ½ TL Meersalz
 ½ TL schwarze Pfefferkörner
 ½ TL Chiliflocken
 2 Prisen gemahlener
 Kreuzkümmel
 2 TL Backpulver
 1 großes, frisches Ei
 225 ml Milch
 150 g Maiskörner, frisch
 oder TK-Ware
 1 quadratische Kuchenform
 mit 20 cm Seitenlänge, gut
 gefettet

ergibt 1 Laib (etwa
 6–8 Portionen)

Den Ofen auf 200 °C (Umluft 170 °C; Gas Stufe 3) vorheizen.

Maisgrieß, Mehl und Salz in einer Schüssel mischen. Die Pfefferkörner in einem Mörser oder in der Gewürzmühle nach Belieben grob oder fein zerstoßen bzw. mahlen. Mit Chiliflocken, Kreuzkümmel und Backpulver zum Mehl geben und alles gut vermischen. Eine Mulde in die Mitte drücken.

Das Ei verquirlen, mit der Milch mischen und in die Mulde gießen. Vorsichtig zu einem grobkörnigen Teig verrühren. Nicht zu sehr verrühren, sonst wird das Maisbrot hart. Die Maiskörner kurz unterheben und den Teig in die Form löffeln.

Das Brot im Ofen etwa 20 Minuten fest und goldbraun backen. In große Quadrate schneiden und noch heiß servieren. Falls das Brot nicht sofort gegessen wird, auf einem Gitterrost abkühlen lassen.

Innerhalb von 24 Stunden verzehren.

Maisbrot mit grünen Chilischoten

Für eine mildere Variante die Pfefferkörner und Chiliflocken weglassen und durch 1 kleine grüne, milde Chilischote, entkernt und fein gehackt, und 1 TL leicht geröstete Kreuzkümmelsaat ersetzen.

Tortillas

Den Namen leiteten die spanischen Eroberer von *tlaxcalli* ab, dem Nahuatl-Wort für ein dünnes, rundes, ungesäuertes Brot. Maistortillas werden traditionell aus frischem Mais zubereitet, der einem komplizierten Gärverfahren unterworfen und dann zu einem sehr feinen Mehl, Masa, vermahlen wird. Daraus formt man dünne Scheiben und backt sie auf heißen Steinen oder einer flachen Metallplatte. Statt frisches Masa kann auch Masa harina verwendet werden, ein speziell behandeltes Maismehl. Weizentortillas werden in Nordmexiko, anderen Ländern Lateinamerikas und im Südwesten der USA gegessen. Sie sind ganz einfach zuzubereiten, und man wird leicht süchtig danach.

Weizentortillas

225 g Weizenmehl
Type 550
25 g feines Vollkornmehl
½ TL Meersalz
2 Prisen gemahlener Kreuzkümmel
etwas schwarzer Pfeffer aus der Mühle
1 TL Backpulver
40 g Schweineschmalz oder weißes Fett, gewürfelt
etwa 150 ml warmes Wasser

Maistortillas

230 g Masa harina (speziell behandeltes Maismehl)
½ TL Meersalz
½ l lauwarmes Wasser
1 EL Limettensaft, frisch gepresst

1 Omelettpfanne oder 1 schwere Bratpfanne, nicht gefettet

ergibt 8 Stück

Für Weizentortillas Mehl, Salz, Gewürze und Backpulver in einer großen Schüssel mischen. Schweineschmalz oder Fett mit den Fingerspitzen ins Mehl kneten, bis die Mischung feinkrümelig ist. Nach und nach so viel Wasser zugeben, bis ein weicher, nicht klebriger Teig entsteht. Die Schüssel mit Klarsichtfolie bedecken und den Teig 30 Minuten ruhen lassen.

Den Teig in acht gleiche Stücke teilen und jedes zu einer Kugel formen. Jede Kugel auf der gut bemehlten Arbeitsfläche zu einer sehr dünnen Scheibe mit 20 cm Ø ausrollen oder eine Tortilla-Pressen verwenden.

Für Maistortillas Maismehl und Salz mischen. Wasser und Limettensaft zugeben und alles zu einem feuchten, weichen Teig verarbeiten. Ist der Teig etwas krümelig, esslöffelweise etwas mehr Wasser zufügen; ist er zu klebrig, weiteres Maismehl zugeben – die richtige Konsistenz zu finden, erfordert Übung. Den Teig in Klarsichtfolie wickeln und vor dem Ausrollen 30 Minuten ruhen lassen.

Den Teig in acht gleiche Stücke teilen und zu Kugeln formen. Jede flach drücken und mit den Handflächen zu dünnen Scheiben von 16 cm Ø formen. Dazu kann auch die Tortilla-Pressen verwendet werden. (Als Studentin musste ich einmal über 100 Stück für eine Party machen – ohne Presse. Am einfachsten war es, den Teig zwischen 2 Stück Klarsichtfolie zu legen und mit einer kleinen schweren Pfanne flach zu drücken.)

Die ungefettete Omelett- oder Bratpfanne über mäßiger Hitze heiß werden lassen, dann die Weizentortillas nacheinander etwa 1 Minute je Seite braten, die Maistortillas 1–2 Minuten.

Die Tortillas unter einem gefalteten Tuch warm halten, bis alle gebraten sind.

So bald wie möglich warm verzehren.







Italien, Spanien und Frankreich

Weizen wird im Mittelmeerraum schon länger angebaut als in jedem anderen Teil Europas. Die Anbaubedingungen – trockener Boden und viel Sonne – sind hier nahezu perfekt, und so gedeihen in den unterschiedlichsten Böden und Mikroklimaten eine Vielzahl von Weizensorten, die viele interessante und einzigartige Brotsorten hervorbringen.

Italienischer Hartweizen war schon zu Zeiten der Römer berühmt. Das Mehl daraus ist nicht nur perfekt für Nudeln geeignet, sondern verleiht, gemischt mit etwas weicherem Weizenmehl, auch italienischem Brot den typischen Geschmack und die besondere Beschaffenheit.

Die französischen Weizensorten ergeben ganz andere Produkte, vom leichten Baguette mit seiner knusprigen Kruste und der weichen Krume bis zum herzhaften *pain de campagne* mit seiner dicken, rustikalen Kruste und der feuchten, schweren Krume. Weißes Mehl ist hier König – Vollkornbrot erinnert immer noch an die Entbehrungen des Krieges.

Für die meisten Südeuropäer wäre eine Mahlzeit ohne Brot undenkbar. Zum Frühstück gibt es süße Stückchen oder getoastetes Baguette mit Kaffee. Das Mittagessen besteht aus einer Scheibe Pizza oder gefüllter Focaccia und Salat. Snacks wie Tapas sind ohne Brot nicht möglich, und der Hauptgang beim Abendessen wäre ohne Brot unvollständig.

Pain de campagne

Das große, knusprige, weiche, aromatische Brot findet man bei jedem französischen Bäcker; es wird mit einem Mehl zubereitet, das noch einen kleinen Anteil Schale enthält und daher gebrochen weiß aussieht. Da dieses Mehl außerhalb Frankreichs nur schwer zu bekommen ist, habe ich helles Mehl mit Vollkornmehl gemischt. Verwenden Sie möglichst Mehl aus ökologischem Anbau und je nach Qualität des Leitungswassers stilles Mineralwasser. Frischen Sie den Vorteig auf, etwa 6 Stunden bevor Sie mit dem Rezept beginnen, damit er kräftig genug ist.

450 g Weizenmehl
Type 550

30 g Weizenvollkornmehl

1 ½ TL Meersalz

200 g Sauerteig
(siehe S. 13)

etwa 325 ml lauwarmes
Wasser

1 Backblech oder 1 Pizzabackform

ergibt 1 großen Laib

Mehl und Salz mischen und eine Mulde in die Mitte drücken. Sauerteig in die Mulde löffeln, Wasser zugießen. Sauerteig und Wasser zu einem flüssigen Teig vermischen und nach und nach das Mehl einarbeiten, bis ein weicher Teig entsteht. Je nach Beschaffenheit des Vorteigs esslöffelweise mehr Mehl oder Wasser zugeben.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche etwa 10 Minuten gut kneten, bis er sehr glatt und elastisch ist.

Den Teig zurück in die Schüssel legen, mit Klarsichtfolie bedecken und an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat. Abhängig von der Kraft des Vorteigs und der Temperatur dauert das 2–6 Stunden. Der Teig kann auch über Nacht an einem kühlen Ort oder im Kühlschrank gehen.

Teig aus der Schüssel nehmen, fest zusammendrücken und zu einer Kugel rollen. Mit Mehl bestäubt in einen mit Leinen ausgelegten Weidenkorb oder in einen mit einem gut bemehlten, leinenen Geschirrtuch ausgelegten Durchschlag legen. Korb in eine Plastiktüte schieben, an einem warmen Ort in etwa 2–4 Stunden auf doppeltes Volumen gehen lassen. Der Teig geht länger, wenn er zuvor im Kühlschrank war.

Gegen Ende der Gehzeit den Ofen auf 230 °C (Umluft 200 °C; Gas Stufe 4–5) vorheizen und ein schweres Backblech oder eine Pizzabackform mit in den Ofen geben.

Den Laib auf das heiße Blech legen, die Oberseite mit einem kleinen scharfen Messer einschneiden und in den Ofen schieben; wenn möglich mit einer Sprühflasche den Ofen kurz aussprühen, um eine Dampf Wolke zu erzeugen. Das Brot etwa 30–35 Minuten goldbraun backen, bis der Laib sich bei der Klopprobe auf der Unterseite hohl anhört. Auf einem Gitterrost abkühlen lassen.

Innerhalb von 5 Tagen verzehren. Tiefgekühlt bis zu 1 Monat haltbar.





Baguettes

Gutes französisches Brot braucht das richtige Mehl, einen heißen Ofen und etwas Dampf. Gut geeignet ist Weizenmehl Type 550.

Die Hälfte Mehl und Salz in eine große Schüssel geben und ein Viertel der Hefe im Wasser auflösen. Die Hefeflüssigkeit zum Mehl geben und alles mit den Händen zu einem sehr glatten, dicken Teig verarbeiten. Mit Deckel oder Klarsichtfolie fest verschließen und bei normaler Raumtemperatur gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat; der Teig soll Blasen werfen. Das dauert etwa 8 Stunden.

Die Mischung am nächsten Tag gut umrühren. Die restliche Hefe in 1 EL lauwarmem Wasser auflösen. Zum Teig geben und das restliche Mehl und Salz einarbeiten, bis ein fester Teig entsteht. Fühlt sich der Teig klebrig an, esslöffelweise mehr Mehl zufügen, sind Krümel in der Schüssel oder fühlt sich der Teig trocken an, esslöffelweise lauwarmes Wasser zugeben.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche 10 Minuten kräftig kneten, bis er sehr elastisch ist. Den Teig wieder in die Schüssel legen und wie zuvor in etwa 1 Stunde zugedeckt gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche in 3 gleich große Stücke teilen, dabei möglichst wenig drücken oder bearbeiten. Jedes Stück zu einer Kugel formen, mit einem trockenen Geschirrtuch bedecken und 15 Minuten ruhen lassen.

Jede Kugel mit dem leicht bemehlten Nudelholz auf etwa 24 x 30 cm Größe ausrollen und wie eine Biskuitrolle fest aufrollen. Die Enden einschlagen und die Naht fest andrücken. Auf der nicht bemehlten Arbeitsfläche mit den Händen zu einer glatten, an den Enden etwas abgeflachten Wurst zusammenrollen, die auf das Blech passt.

Ein großes trockenes Geschirrtuch leicht bemehlt auf ein großes Brett legen. Die Brotstangen darauf legen und das Tuch so einschlagen, dass es die Laibe voneinander trennt. Das Brett mit einer großen Lage Klarsichtfolie bedecken und die Brote etwa 40 Minuten gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat. Inzwischen den Ofen auf höchster Stufe vorheizen und ein mit Wasser gefülltes Blech und die Backbleche mit hineinschieben.

Die Laibe auf die heißen Bleche legen und auf der Oberseite mit einem scharfen kleinen Messer viermal einschneiden. Die Bleche in den Ofen schieben, mit Wasser aus der Sprühflasche besprühen und den Ofen sofort schließen. Die Brote in etwa 20 Minuten goldbraun und knusprig backen und nach 5 Minuten erneut mit Wasser besprühen. Für eine knusprige Kruste die Laibe auf Gitterroste schieben und weitere 2–3 Minuten backen. Auf einem Gitterrost abkühlen lassen.

Am gleichen Tag verzehren. Nicht einfrieren.



500 g Weizenmehl Type 550

1 TL Meersalz

21 g frische Hefe*

300 ml lauwarmes Wasser
guter Qualität oder stilles
Mineralwasser

1 tiefes Backblech
(Fettpfanne)

einige Backbleche

ergibt 3 Baguettes

**Bei Verwendung von Trockenhefe ein Viertel eines Päckchens (à 7 g) mit je der Hälfte Mehl und Salz vermischen. Das Wasser zugeben. Die restliche Hefe mit dem restlichen Mehl und Salz mischen, zum Teig geben und weiter wie im Rezept beschrieben verfahren.*



Olivenbrot mit Thymian

Genießen Sie dieses Brot noch warm, mit einem guten Olivenöl extra vergine, Balsamico-Essig als Dip und einem Schluck Wein dazu.

Dieses Brot passt auch ausgezeichnet zu Antipasti oder um köstliche Salatdressings aufzutunken.

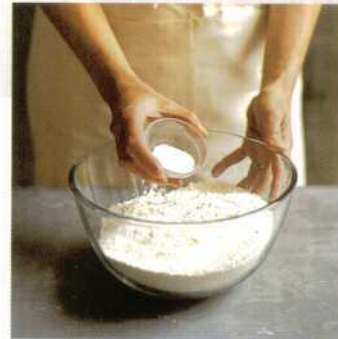
Ich habe dieses Rezept entwickelt, nachdem ich ähnliche Laibe in den Bäckereien Südfrankreichs gesehen hatte. Ich wollte ein Brot gefüllt mit dicken öligen schwarzen Oliven (nehmen Sie die dicksten, fleischigsten Oliven, die Sie bekommen können). Das Entscheidende bei diesem Brot ist der hohe Anteil von Kruste zu Krume, der geradezu zum Zugreifen einlädt – perfekt mit einem Glas Wein an einem schönen Sommerabend im Garten.

Schritt für Schritt

200 g Weizenmehl Type 550
30 g fein gemahlenes Weizen-
vollkornmehl
1 TL Meersalz
100 g Sauerteig (siehe S. 13)
etwa 150 ml lauwarmes
Wasser
100 g entsteinte Oliven
2 TL frische Thymianblätter,
von den Stielen gezupft

1 Backblech, gefettet

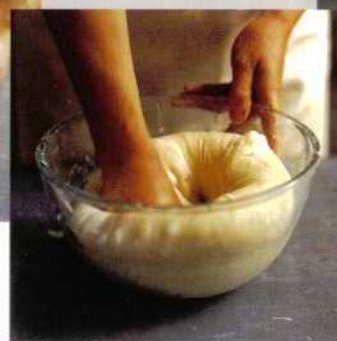
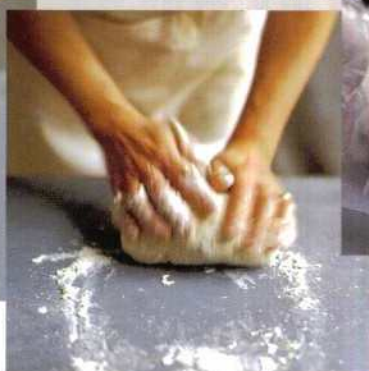
ergibt 1 Laib



1 Mehl und Salz in einer Schüssel mischen.



2 Eine Mulde in die Mitte drücken und den Vorteig und das Wasser hinzufügen.



3 Vorteig und Wasser zu einer flüssigen Mischung verarbeiten und nach und nach das Mehl einarbeiten, bis ein weicher Teig entsteht. Je nach Beschaffenheit des Vorteigs weiteres Mehl oder Wasser zufügen.

4 Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche etwa 10 Minuten kneten, bis er sehr geschmeidig und glatt ist.

5 Den Teig zurück in die Schüssel legen, mit Klar-sichtfolie bedecken und an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat; je nach Kraft des Vorteigs dauert das etwa 3 Stunden.

6 Den gegangenen Teig in der Schüssel oder auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche mehrmals fest zusammendrücken.

7 Den Teig mit den Fingern zu einem schmalen, etwa 40 cm langen Rechteck auseinander drücken.



8 Oliven und Thymian in der Mitte des Teigs verteilen.



9 Die Längsseiten einschlagen und so die Füllung einschließen.



10 Die Naht fest zusammendrücken und den Teig mit den Händen behutsam zu einer etwa 60 cm langen Wurst rollen.



11 Den Teig vorsichtig auf das Blech legen, zu einem Ring formen und die Enden verbinden. Das Blech in eine große Plastiktüte schieben und an einem warmen Ort in etwa 2 Stunden gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Inzwischen den Ofen auf höchster Stufe vorheizen und ein mit Wasser gefülltes tiefes Blech hineinstellen, um Dampf zu erzeugen.



12 Den Ring mit einem scharfen Messer leicht einschneiden. Das Brot in den heißen Ofen schieben und mit Wasser besprühen, um noch mehr Dampf zu erhalten.

Das Brot je nach Ofen 8–15 Minuten backen, bis es eine sehr knusprige braune Kruste hat und bei der Klopffprobe auf der Unterseite hohl klingt. Auf einem Gitterrost abkühlen lassen.

Binnen 24 Stunden warm verzehren. Der ausgekühlte Laib kann bis zu 1 Monat eingefroren werden.

Ein altes Rezept aus der Provence, wo in Salz eingelegte Sardellenfilets eine beliebte Zutat für viele verschiedene Gerichte sind – mit Gemüse, Fleisch oder Fisch. Reichen Sie Fischsuppen oder Salate zu diesem Brot.

Sardellenbrot mit Olivenöl

150 ml Wasser in eine große Schüssel gießen und die Hefe hineinbröckeln. 150 g Mehl einarbeiten, um einen dickflüssigen, glatten Teig zu erhalten. Mit Klarsichtfolie bedecken und 30 Minuten stehen lassen, bis der Teig einem Schwamm ähnelt.

Inzwischen Sardellen und Olivenöl in einem kleinen Topf auf kleinster Stufe langsam erhitzen und in etwa 5 Minuten zu einer pastenartigen Mischung verrühren. Den Brandy einrühren und abkühlen lassen.

Die Folie vom Teig nehmen und das restliche Wasser, Mehl, Salz und zum Schluss die Sardellenpaste hinzufügen. Alles zu einem sehr weichen Teig verarbeiten.

Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche 5 Minuten kneten.

Den Teig zurück in die Schüssel legen, erneut mit Klarsichtfolie bedecken und an einem warmen Ort etwa 1 Stunde gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche fest zusammendrücken und zu einer Scheibe mit etwa 20 cm Ø formen. Auf das Backblech legen, das Blech in eine große Plastiktüte schieben, diese verschließen und den Teig in etwa 40 Minuten erneut gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Inzwischen den Ofen auf 220 °C (Umluft 190 °C; Gas Stufe 3–4) vorheizen.

Mit den Fingern behutsam kleine Löcher in den Teig drücken und die Sardellen in die Löcher hineinschieben. Das Öl über den Teig träufeln und das Brot im Ofen etwa 25 Minuten backen, bis der Laib goldbraun ist und bei der Klopfprobe auf der Unterseite hohl klingt. Das Brot auf einem Gitterrost abkühlen lassen.

Innerhalb von 2 Tagen verzehren. Tiefgekühlt bis zu 1 Monat haltbar.



für das Brot

21 g frische Hefe*
¼ l lauwarmes Wasser
500 g Weizenmehl
Type 550
4 EL Olivenöl extra vergine
15 Sardellenfilets, abge-
spült und fein gehackt
1 EL Brandy
½ TL Meersalz

außerdem

2 EL Olivenöl
6 Sardellenfilets, abge-
spült und fein gehackt

1 großes Backblech,
gefettet

ergibt 1 großen Laib

**Bei Verwendung von
Trockenhefe 1 Päckchen
(7 g) mit 150 g Mehl ver-
mischen, dann 150 ml
Wasser einrühren. Weiter
wie im Rezept beschrieben
verfahren.*







Ciabatta kommt aus der Gegend um den Comer See in Norditalien und ist in Italien so beliebt und allgegenwärtig wie Baguette in Frankreich. Das unregelmäßig geformte Brot hat eine mehligte Kruste, eine weiche, offenporige Struktur und schmeckt nach fruchtigem Olivenöl. Es selbst zu backen ist schwierig – am besten gelingt es mit italienischem Ciabattamehl, das recht grobkörnig ist und einen Teig mit großen Luftblasen ergibt. *Biga*, ein italienischer Vorteig, verleiht zusätzlich Geschmack.

Ciabatta

Für den *biga* das Mehl in eine große Schüssel geben und eine Mulde in die Mitte drücken. Die Hefe hineinbröckeln, dann das Wasser zugießen und mit der Hefe mischen. Nach und nach das Mehl einarbeiten, bis ein fester Teig entsteht. Den Teig auf der Arbeitsfläche kneten, zurück in die Schüssel legen und mit Klarsichtfolie bedecken. Bei Raumtemperatur 8–12 Stunden stehen lassen – der Teig wird sehr stark aufgehen und wieder zusammenfallen.

Am nächsten Tag das Wasser für den Ciabattateig in ein Gefäß gießen, die Hefe hineinbröckeln und darin auflösen. Die Mischung zum *biga* geben und mit den Händen durch Rühren und Drücken einarbeiten, bis ein dickflüssiger, glatter Teig entsteht.

Die Hälfte des Mehls einarbeiten, damit ein sehr klebriger, feuchter Teig entsteht, dann mit der Hand 5 Minuten gründlich bearbeiten, bis der Teig sehr elastisch ist. Die Schüssel zudecken und den Teig an einem warmen Ort in etwa 2 Stunden auf das 2-fache Volumen gehen lassen.

Salz und Öl hinzufügen, dann nach und nach das restliche Mehl einarbeiten, bis ein weicher, klebriger Teig entsteht. Fühlt er sich glatt und sehr geschmeidig an, die Schüssel zudecken und an einem warmen Ort etwa 1 Stunde gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Inzwischen den Ofen auf 230 °C (Umluft 200 °C; Gas Stufe 4–5) vorheizen. Die Backbleche leicht erwärmen.

Den Teig auf die gut bemehlte Arbeitsfläche drücken und mit einem bemehlten Brotmesser in 12 Stücke teilen. Die Brötchen mit ausreichendem Abstand auf die Bleche verteilen. Falls notwendig, mit bemehlten Fingern in Form drücken. Mit Mehl bestäuben und die Bleche in große Plastiktüten schieben.

Den Teig an einem warmen Ort in etwa 30 Minuten auf knapp doppeltes Volumen gehen lassen. Der Teig kann dabei noch etwas verlaufen. Die Brötchen in etwa 15–20 Minuten goldbraun und knusprig backen. Auf einem Gitterrost abkühlen lassen.

Frisch oder innerhalb eines Tages verzehren. Tiefgekühlt bis zu 1 Monat haltbar.

für den *biga*

250 g Weizenmehl
Type 550
10,5 g frische Hefe*
150 ml lauwarmes Wasser

für den Ciabattateig

300 ml lauwarmes Wasser
21 g frische Hefe*
500 g Ciabattamehl oder
Weizenmehl Type 550
2 TL Meersalz
4 EL Olivenöl

*einige Backbleche, stark
bemehlt*

ergibt 12 Brötchen

**Bei Verwendung von
Trockenhefe für den *biga*
ein Drittel eines Päckchens
(à 7 g) mit Mehl mischen,
dann Wasser zugeben.
Weiter wie im Rezept
beschrieben verfahren. Für
den Ciabattateig Wasser
mit *biga* zu einem Teig
verarbeiten. Dann die Hälfte
des Mehls mit 1 Päckchen
Trockenhefe (7 g) ver-
mischen, zum Teig geben
und weiter wie im Rezept
beschrieben verfahren.*

Selbst gemachte Pizza ist ein Genuss und macht Spaß. Für Kinder ist sie der ideale Einstieg ins Kochvergnügen, weil jeder seine Pizza selbst belegen kann.

Pizza und Pizzette

500 g Weizenmehl
Type 550
1 TL Meersalz
1 TL Kräuter der Provence
etwas schwarzer Pfeffer aus
der Mühle
21 g frische Hefe*
280 ml lauwarmes Wasser
1 EL Olivenöl extra vergine

1 glatte Ausstechform mit
6 cm Ø

mehrere Backbleche oder
Pizza-Backformen

**ergibt 6 dünne Pizzas,
4 dicke Pizzas oder
etwa 30 Pizzette**

**Bei Verwendung von
Trockenhefe 1 Päckchen
(7 g) mit Mehl, Salz und
Gewürzen mischen, dann
Wasser und Öl zugeben
und weiter wie im Rezept
beschrieben verfahren.*

Das Mehl mit Salz und Gewürzen in einer Schüssel
vermischen und eine Mulde in die Mitte drücken.

Das Wasser in ein Gefäß gießen, die Hefe hinein-
bröckeln und durch Rühren auflösen. Öl dazurühren
und die Mischung in die Mulde gießen. Das Mehl nach
und nach einarbeiten, bis ein weicher Teig entsteht.

Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche etwa 10 Mi-
nuten gut kneten, bis er sehr elastisch ist. Teig wieder
in die Schüssel legen und mit Klarsichtfolie bedeckt
an einem warmen Ort in etwa 1 Stunde oder im Kühl-
schrank in 1 Nacht gehen lassen, bis sich das Volu-
men verdoppelt hat.

Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche fest zusam-
mendrücken. Für dünne Pizzas den Teig in 6 gleiche
Stücke teilen. Mit bemehlten Händen jedes Teigstück
zu einem dünnen Kreis drücken, der etwas kleiner als
ein Teller ist. Für Pizzen mit dickem Boden den Teig
vierteln und jedes Stück zu einer 1 cm dicken Schei-
be formen. Die Teigkreise auf eine großzügig mit
Stärkemehl oder Mehl bestäubte Fläche legen, mit
Klarsichtfolie oder einem trockenen Geschirrtuch be-
decken und 15 Minuten gehen lassen. Für Pizzette
den Teig etwa 5 mm dünn ausrollen und mit der
Ausstechform Pizzette ausstechen.

Den Ofen auf höchste Stufe stellen und mehrere
Backbleche oder die Pizza-Backformen darin erwär-
men, während die Beläge vorbereitet werden. Die
Pizzaböden nach Wunsch belegen und auf die vorge-
wärmten Backbleche oder Formen legen. Die Pizzen
etwa 8–10 Minuten knusprig backen (kleine Pizzette
benötigen etwas weniger Zeit). Die Pizzen mit einem
langstieligen Pfannenheber oder Fischwender aus
dem Ofen nehmen und sofort verzehren.

Belag mit Tomaten, Mozzarella und Oregano

400 g gehackte Tomaten aus der Dose in einem Sieb
über einer Schüssel abtropfen lassen (den Saft für
eine Suppe oder Sauce aufbewahren). In der Küchen-
maschine mit 2 EL Tomatenmark, 3 durchgedrückten
Knoblauchzehen, 2 EL Olivenöl extra vergine und
1 EL gehackten frischen Oreganoblättern pürieren.
Mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft oder Chiliflocken ab-
schmecken. Auf die Pizzas löffeln und etwa 150 g in
Scheiben geschnittenen Büffelmozzarella darauf
verteilen.

Belag mit Gorgonzola, Thymian und Zwiebeln

3 EL Olivenöl extra vergine in einer schweren Pfanne
erhitzen, 4 große, fein geschnittene Zwiebeln, 1 EL
frische Thymianblätter und 1 Lorbeerblatt hineinrühren.
Ein Stück Pergamentpapier so zuschneiden, dass es
in die Pfanne passt, und auf die Zwiebeln drücken.
Den Pfannendeckel auflegen und alles auf kleinster
Stufe 35 Minuten garen. Das Papier entfernen, die
Zwiebeln gut umrühren und bei mäßiger Hitze leicht
goldbraun braten, dabei häufig rühren. Einen Schuss
Weißwein zur Abrundung zugeben und das Ganze mit
etwas Salz und viel Pfeffer würzen. Garen, bis der
Wein fast verdunstet ist und die Mischung vom Herd
nehmen. Das Lorbeerblatt wegwerfen und die Zwie-
beln abkühlen lassen. Über die vorbereiteten und
leicht aufgegangenen Pizzaböden streuen und 300 g
gewürfelte Gorgonzola darauf verteilen.







Gefüllte Focaccia (Fladenbrot)

Die pikante Variante des berühmten italienischen Klassikers eignet sich gut für ein Picknick: einfach zubereitet, transportiert und gegessen. Oder servieren Sie die Focaccia als warmes Mittagessen im Garten zu einem Glas Wein.

für die Focaccia

21 g frische Hefe*
280 ml lauwarmes Wasser
6 EL Olivenöl extra vergine
etwa 500 g Weizenmehl
Type 550
2 TL frische Salbeiblätter,
gehackt
2 TL Meersalz
etwas schwarzer Pfeffer aus
der Mühle

für die Spinatfüllung mit Chili und Sardellen

1 Glas Sardellenfilets in Öl
(100 g), abgespült und ab-
getropft
75 g junge Spinatblätter
1 oder 2 mittelscharfe
Chilischoten, entkernt und
fein geschnitten
etwas schwarzer Pfeffer aus
der Mühle

1 großes tiefes Backblech,
etwa 22 x 30 cm, geölt

ergibt 1 großen Fladen

**Bei Verwendung von
Trockenhefe 1 Päckchen
(7 g) mit Mehl und Gewür-
zen mischen, dann Öl und
Wasser einarbeiten. Fühlt
sich der Teig trocken an,
esslöffelweise weiteres
Wasser zufügen; ist er zu
klebrig, esslöffelweise mehr
Mehl zugeben. Weiter wie
im Rezept beschrieben ver-
fahren.*

Für den Focacciateig die Hefe in eine Schüssel bröckeln. Das Wasser zugießen, die Hefe darin auflösen und 3 EL Öl zugeben. 250 g Mehl sowie Salbei, Salz und Pfeffer hinzufügen und alles zu einem klebrigen, feuchten Teig vermischen. Nach und nach so viel vom restlichen Mehl einarbeiten, dass ein weicher, aber nicht mehr klebriger Teig entsteht.

Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche 10 Minuten gut kneten, bis er etwas fester und sehr geschmeidig ist.

Den Teig zurück in die Schüssel legen, mit Klarsichtfolie bedecken und etwa 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche gut zusammendrücken und dann hal-
bieren. Eine Hälfte so formen, dass sie den Boden des Backblechs bedeckt. Die
Sardellen gleichmäßig auf dem Teig verteilen. Mit etwas schwarzem Pfeffer würzen
und mit den Spinatblättern bedecken. Chili nach Belieben darüber streuen.

Die zweite Teighälfte auf die Größe des Blechs ausrollen oder zurecht drücken.
Den Rand der unteren Teighälfte mit etwas Wasser einpinseln und die zweite
Teighälfte auf die Füllung legen. Behutsam nach unten drücken, damit möglichst
viel Luft entweichen kann. Die oberen und unteren Teigränder fest zusammen-
drücken und die Füllung einschließen. Die obere Lage mit einem Spießchen ein-
stechen, um Luftbläschen entweichen zu lassen. Zugedeckt in etwa 45 Minuten
gehen lassen, bis sich das Volumen erneut verdoppelt hat.

Inzwischen den Ofen auf 220 °C (Umluft 190 °C; Gas Stufe 3–4) vorheizen.

Die Focaccia mit dem restlichen Öl bestreichen und dann in etwa 20–25 Minuten
knusprig und goldbraun backen. Sofort aus dem Blech nehmen und auf einem
Gitterrost abkühlen lassen.

Heiß oder zimmerwarm am gleichen Tag verzehren. Nicht zum Einfrieren geeignet.



Das nahrhafte süße italienische Frühstücksbrot ist luftig-locker und schmeckt nach Orangen. In Süditalien nimmt man Pinienkerne und Haselnüsse, auf Sardinien Mandeln. Die Nüsse schmecken leicht geröstet am besten.

Pignola

100 g Sultaninen

Zesten und Saft von 2 un-behandelten Orangen

400 g Weizenmehl
Type 550

1 TL Meersalz

150 g ungesalzene Butter,
gewürfelt

2 frische Eier, verquirlt

2 EL lauwarmes Wasser

21 g frische Hefe*

30 g Haselnüsse, ohne Fett
leicht geröstet

100 g Pinienkerne, ohne
Fett leicht geröstet

etwas Puderzucker zum
Bestäuben

1 Backblech, gut gefettet

ergibt 1 großen Laib

**Bei Verwendung von
Trockenhefe 1 Päckchen
(7 g) mit dem Mehl mi-
schen, nachdem die Butter
eingearbeitet wurde. Eier
und Sultaninenmischung
mit 2 EL Wasser hinzu-
fügen; weiter wie im Rezept
beschrieben verfahren.*

Sultaninen, Orangenzesten und Saft über Nacht in einer Schüssel einweichen.

Am nächsten Tag Mehl und Salz in einer großen Schüssel mischen. Die Butter mit den Fingerspitzen unter das Mehl kneten, bis es grob krümelig ist. Eine Mulde in die Mitte drücken und Eier und Sultaninenmischung hinzufügen.

Das Wasser in eine Schüssel gießen, die Hefe hineinbröckeln und zu einer glatten Flüssigkeit verrühren. Die Flüssigkeit in die Mulde gießen und mit Eiern und Sultani-
nen vermischen. Nach und nach das Mehl einarbeiten, bis ein sehr weicher, leicht
klebriger Teig entsteht. Sind trockene Krümel in der Schüssel oder ist der Teig
trocken und hart, esslöffelweise weiteres Wasser zugeben.

Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche 5 Minuten kneten, bis er weich und
elastisch, aber nicht mehr so klebrig ist. Zurück in die Schüssel legen, mit Klar-
sichtfolie bedecken und an einem warmen Platz etwa 3 Stunden oder im Kühl-
schrank 1 Nacht gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Den Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche legen und die Nüsse behutsam einar-
beiten. Sind sie gleichmäßig verteilt, den Teig erst zu einer Kugel und dann zu einer
3 1/2 cm dicken Scheibe mit etwa 20 cm Ø formen. Den Teig auf das Backblech
legen, in eine große Plastiktüte schieben, diese verschließen und den Teig etwa
1 Stunde an einem warmen Platz gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt
hat. Länger gehen lassen, wenn der Teig vorher im Kühlschrank war.

Inzwischen den Ofen auf 190 °C (Umluft 160 °C; Gas Stufe 2–3) vorheizen.

Den Laib im Ofen etwa 35 Minuten backen, bis er goldbraun ist und bei der Klop-
probe auf der Unterseite hohl klingt. Die Pignola auf einen Gitterrost legen, mit
Puderzucker bestäuben und abkühlen lassen.

Innerhalb von 4 Tagen verzehren oder bis zu 1 Monat einfrieren.

Pan de nueces (Walnussbrot)

Im Spätherbst kündigen frische Walnüsse auf den südeuropäischen Märkten die Zeit der Brot- und Kuchenbäckerei an. Am besten rösten Sie die Nüsse – frisch oder aus der Packung – im Ofen, bis sie leicht braun und sehr aromatisch sind. Dieses süße, ungesäuerte Brot kommt aus Spanien, doch auch in Frankreich, Italien und Griechenland wird es serviert – oft mit einer Tasse heißem Kaffee.

200 g Walnussskerne
25 g ungesalzene weiche Butter
1 EL Walnussöl
180 g feiner Zucker
1 großes frisches Ei, leicht verquirlt
275 g Weizenmehl Type 550
1 Prise Salz
1 TL Backpulver
250 ml Milch
1 Brotbackform (450 g), gefettet und mit ausgelegtem Boden

ergibt 1 Laib

Den Ofen auf 180 °C (Umluft 150 °C, Gas Stufe 2–3) vorheizen.

Die Walnüsse auf einem Blech oder in einer Backform in etwa 15–20 Minuten leicht braun rösten. Abkühlen lassen und im Mixer oder mit einem großen scharfen Messer grob hacken.

Butter, Öl und Zucker in einer Schüssel cremig schlagen, dann das Ei einarbeiten. Die Mischung 1 Minute schlagen, die Nüsse zugeben. Mehl, Salz und Backpulver in die Schüssel sieben. Die Milch zufügen und alles zu einem wässrigen Teig verrühren.

Den Teig in die Form gießen und in etwa 40 Minuten goldbraun backen. Das Brot ist fertig, wenn an einem bis zur Mitte eingestochenen Spieß beim Herausziehen kein Teig mehr haften bleibt.

Das Brot aus der Form nehmen und auf einem Gitterrost abkühlen lassen. Vor dem Anschneiden eingewickelt 1 Tag lagern.

Innerhalb von 5 Tagen verzehren. Tiefgekühlt bis zu 1 Monat haltbar.







Nord- und Osteuropa

In Norden Europas war das Klima zu kalt, nass und ungastlich für Weizen, also bauten die Bauern Roggen an. Aus dem Mehl backten sie mithilfe von Sauerteig dunkle, schwere, aber geschmackvolle Laibe. Heute gibt es Roggenbrot in allen Arten, und das verachtete Korn der armen Landbevölkerung steht bei den reichen Städten hoch im Kurs. Roggenbrot passt gut zu geräucherter oder gepökeltem Fisch und Fleisch, scharfem Käse oder rustikalen Suppen; es wird mit Sauerteig oder mit etwas Hefe und Weizenmehl gebacken.

In Nordeuropa wurde das leichte, cremig-weiße Weizenmehl nur von den Reichen in der Alltagsküche benutzt; für alle anderen war süßes Weißbrot ein Festessen. Würzig scharfe Kreuzbrötchen, klebrige, nährhafte Chelsea-Brötchen, die wunderbar aromatischen *Vete-brod* und *Saffronsbrod* aus Skandinavien und das polnische Mohnbrot sind überlieferte Rezepte, die einst nur für die Feiertage gedacht waren. Heute sind das Hauptnahrungsmittel und der Festtagsschmaus der Armen wie die Delikatessen der Reichen für jeden von uns zu fast jeder Zeit verfügbar. Backen und genießen Sie sie!



Mit Lauch oder Zwiebeln, Käse und Salbei aromatisiertes Brot findet man häufig in Wales und im Westen Englands. Mein Käsehändler am Ort erklärte mir, dass *Caws Caerffili* (Caerphilly) von den walisischen Minenarbeitern unter Tage gegessen wurde. Heute wird dieser feuchte, krümelige milchig weiße Käse mit dem salzigen Geschmack in Somerset hergestellt. Essen Sie dieses Brot zu Suppen und Salaten oder machen Sie tolle Schinkensandwiches daraus.

für das Brot

1 große Stange Lauch, gewaschen, fein gehackt (etwa 150 g nach dem Putzen)

25 g ungesalzene Butter

1 Prise getrockneter oder 1 TL frischer Salbei, gehackt (nach Belieben)

etwas schwarzer Pfeffer aus der Mühle

230 g Weizenmehl Type 550

230 g Weizenvollkornmehl

1 ½ TL Meersalz

150 ml lauwarme Milch und 150 ml lauwarmes Wasser, vermischt

21 g frische Hefe*

140 g Caerphilly-Käse (ersatzweise Asiago)

zum Glasieren

3 EL Milch

1 Prise Salz

zerstoßene Weizenkörner oder Hafermehl

2 Backbleche, gefettet

ergibt 2 runde Laibe

*Bei Verwendung von Trockenhefe 1 Päckchen (7 g) mit Mehl und Salz mischen, dann die Milch-Wasser-Mischung hinzufügen und weiter wie im Rezept beschrieben verfahren.

Lauchbrot mit Käse

Lauch gut abspülen und abtropfen lassen. Butter in einer mittelgroßen Pfanne zerlassen. Lauch, Salbei und Pfeffer zugeben, in etwa 15 Minuten bei geringer Hitze weich dünsten, ab und zu umrühren. Abkühlen lassen, bis der Lauch lauwarm ist.

Mehl und Salz in einer großen Schüssel mischen und eine Mulde in die Mitte drücken. Die Milchmischung in ein Gefäß gießen, die Hefe hineinbröckeln und unter Rühren ganz auflösen. Die Flüssigkeit in die Mulde gießen und nach und nach das Mehl einarbeiten, bis ein weicher Teig entsteht. Fühlt er sich klebrig an, esslöffelweise mehr Mehl einarbeiten; sind trockene Krümel in der Schüssel oder fühlt sich der Teig hart und trocken an, esslöffelweise weiter Milch oder Wasser hinzufügen.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche etwa 10 Minuten gut kneten, bis er sehr geschmeidig ist. Die Lauchmischung unterheben, bis sie gleichmäßig im Teig verteilt ist, dann den Teig auf etwa 2 cm Dicke flach drücken. Käse auf den Teig bröckeln. Den Teig in 3 gleiche Stücke schneiden, diese aufeinander setzen und gut zusammendrücken. Den Stapel halbieren, ein Stück auf das andere setzen und zusammendrücken. Den Teig wieder in die Schüssel geben, mit Klarsichtfolie bedecken und an einem warmen Ort in etwa 1 Stunde auf doppeltes Volumen gehen lassen.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche fest zusammendrücken. In 2 gleiche Stücke teilen und jedes behutsam zu einer Scheibe mit etwa 14 cm Ø formen. Die Scheiben auf die Bleche setzen und die Bleche in große Plastiktüten schieben. An einem warmen Ort in etwa 45 Minuten erneut auf doppeltes Volumen gehen lassen.

Inzwischen den Ofen auf 220 °C (Umluft 190 °C; Gas Stufe 3–4) vorheizen.

Milch und Salz mischen und die Laibe leicht damit bestreichen. Mit Weizenkörnern oder Hafermehl bestreuen. Die Brote etwa 25 Minuten backen, bis sie goldbraun sind und sich bei der Klopfprobe auf der Unterseite hohl anhören. Auf einem Gitterrost abkühlen lassen.

Innerhalb von 4 Tagen warm verzehren. Tiefgekühlt bis zu 1 Monat haltbar.





Traditionelles Cottage-Brot

Meine Urgroßmutter backte vor hundert Jahren nach diesem Rezept. Der Laib hat eine feuchte, weiche Krume, eine knackige Kruste und erfüllt das Haus beim Backen mit einem wunderbaren Geruch. Ein echter Festschmaus!

700 g Weizenmehl
Type 550
2 TL Meersalz
25 g ungesalzene Butter,
gewürfelt
30 g frische Hefe*
1 gehäufte TL Honig
450 ml lauwarmes Wasser
1 frisches Ei, verquirlt

1 großes Backblech,
gefettet

ergibt 1 großen Laib

**Bei Verwendung von
Trockenhefe 1 Päckchen
(7 g) mit Mehl und Butter
mischen, dann Honig und
Wasser zugeben und wie
im Rezept beschrieben
mischen.*

Mehl und Salz in einer großen Schüssel mischen. Butter mit den Fingerspitzen unter das Mehl kneten, bis die Mischung feinkrümelig ist. Eine Mulde in die Mitte drücken.

Die Hefe in eine kleine Schüssel bröckeln, Honig und etwa ein Viertel des Wassers hinzufügen und alles glatt und cremig rühren. Die Mischung in die Mulde gießen, dann das restliche Wasser zugeben. Nach und nach das Mehl einarbeiten, bis ein etwas festerer Teig entsteht – ein weicher Teig behält später seine Form nicht. Fühlt sich der Teig klebrig oder weich an, esslöffelweise weiteres Mehl einarbeiten.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche etwa 10 Minuten gut kneten, bis er sehr geschmeidig und glatt ist.

Den Teig wieder in die Schüssel legen, mit Klarsichtfolie bedecken oder in einer großen Plastiktüte verschließen. Bei Raumtemperatur etwa 1 ½–2 Stunden gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche mit den Fingerknöcheln fest zusammendrücken. Ein Drittel des Teigs abschneiden, beide Stücke behutsam kneten und je eine Kugel formen. Mit ausreichend Abstand auf der gut bemehlten Arbeitsfläche in etwa 45–60 Minuten erneut gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat. Dazu den Teig mit Klarsichtfolie oder einem leicht angefeuchteten Geschirrtuch bedecken.

Inzwischen den Ofen auf 230 °C (Umluft 200 °C; Gas Stufe 4–5) vorheizen.

Die größere Teigkugel auf das Backblech legen und leicht flach drücken. Auch die kleinere Kugel etwas flach drücken und auf die größere setzen. Mit zwei Fingern ein Loch in die Mitte bohren und die Stücke so verbinden. Noch etwa 5–10 Minuten ruhen lassen, dann zum Glasieren das verquirlte Ei darüber streichen. Mit einem kleinen scharfen Messer beide Teigstücke ringsum einschneiden.

Das Brot im Ofen etwa 15 Minuten backen. Dann die Temperatur auf 200 °C (Umluft 170 °C; Gas Stufe 3) reduzieren und etwa 20 Minuten backen, bis sich das Brot bei der Klopfrage auf der Unterseite hohl anhört. Auf einem Gitterrost abkühlen lassen.

Innerhalb von 5 Tagen verzehren. Tiefgekühlt 1 Monat haltbar.



Diese flachen Brötchen mit weicher Krume und mehligter Oberfläche werden – mit knusprig gebratenem Schinken gefüllt – besonders in Schottland gern zum Frühstück gegessen. Mit Salat sind sie ein sättigender Snack. Das Rezept kann auch mit gekochtem Schinken oder Kräutern und Knoblauch angereichert werden.

Schottische Baps (Brötchen)

700 g Weizenmehl
Type 550
2 TL Meersalz
50 g ungesalzene Butter,
gewürfelt
30 g frische Hefe*
200 ml lauwarme Milch
¼ l lauwarmes Wasser
etwas Milch zum Be-
streichen
etwas Mehl zum Bestäuben

2 Backbleche, gefettet

ergibt 12 Stück

** Bei Verwendung von Trockenhefe 1 Päckchen (7 g) mit Mehl und Salz mischen, Butter zugeben und weiter wie im Rezept beschrieben verfahren.*

Mehl und Salz in einer großen Schüssel mischen. Die Butter mit den Fingerspitzen unter das Mehl kneten, bis die Mischung feinkrümelig ist. Eine Mulde in die Mitte drücken.

Die Hefe in eine kleine Schüssel bröckeln, die Milch dazugießen und die Hefe darin auflösen. Erst die Hefeflüssigkeit, dann das Wasser in die Mulde gießen.

Nach und nach das Mehl einarbeiten und alles zu einem weichen Teig mischen. Fühlt er sich zu klebrig an, esslöffelweise weiteres Mehl einarbeiten; sind trockene Krümel in der Schüssel oder fühlt sich der Teig hart und trocken an, esslöffelweise lauwarmes Wasser hinzufügen.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche in 10 Minuten sehr glatt und elastisch kneten. Zurück in die Schüssel legen und mit Klarsichtfolie bedecken. Den Teig in einer warmen Küche etwa 1 Stunde, bei normaler Raumtemperatur 1 ½ Stunden oder im Kühlschrank über Nacht gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche fest zusammendrücken. In 12 gleiche Stücke teilen und jedes zu einem knapp 1 cm dicken Oval oder Kreis etwa von der Größe einer Untertasse formen. Mit ausreichend Abstand auf die Bleche setzen und leicht mit Milch bestreichen. Den Teig mit Mehl bestreuen, die Bleche in große Plastiktüten schieben und diese verschließen. In der warmen Küche etwa 30 Minuten gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Inzwischen den Ofen auf 220 °C (Umluft 190 °C; Gas Stufe 3–4) vorheizen.

Mit dem Daumen eine Vertiefung in jeden Bap drücken. Erneut mit Mehl bestäuben und in etwa 12–15 Minuten goldbraun backen. Mit einem trockenen Geschirrtuch bedeckt auf einem Gitterrost abkühlen lassen.

Warm oder innerhalb von 24 Stunden verzehren. Tiefgekühlt bis zu 1 Monat haltbar.

Kräuter-Knoblauch-Baps Nachdem die Butter ins Mehl gemischt wurde, 4 EL gehackte frische Kräuter (jede Kombination aus Petersilie, Koriander, Estragon, Rosmarin, Kerbel, Thymian, Oregano, Schnittlauch, Liebstöckel oder Basilikum ist möglich) und 2 Knoblauchzehen, in dünne Scheiben geschnitten, untermischen, dann die Flüssigkeiten zugeben.

Baps mit gebratenem Speck 125 g durchwachsenen Speck knusprig braten. Abtropfen lassen, dann zerbröckeln oder fein hacken. Mit etwas Pfeffer aus der Mühle und abgeriebener Schale von ½ Orange zur Butter-Mehl-Mischung geben.





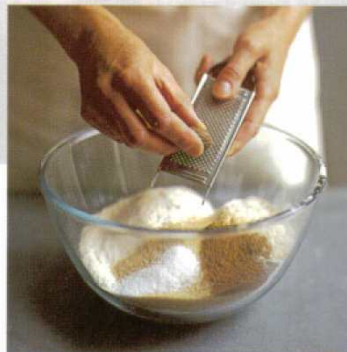
Extra würzige Kreuzbrötchen

Nach alter Tradition wird das Kreuz für diese sehr würzigen Fruchtbrötchen, die an Karfreitag gegessen werden, mit zwei Teigstreifen gelegt oder in den Teig geschnitten.

Auch die alten Ägypter opferten der Mondgöttin ähnliche kleine Hefekuchen, und Griechen und Römer backten sie für die Göttin des Lichts. Diesen Brauch übernahmen die Sachsen und fügten das Kreuz hinzu.

Servieren Sie die Brötchen warm als Karfreitagsfrühstück und reichen Sie sie am nächsten Tag aufgebakken zu Tee oder Kaffee.

Schritt für Schritt



für die Brötchen

- 450 g Weizenmehl Type 550
- 50 g Weizenvollkornmehl
- 50 g feiner Zucker
- 1 TL Meersalz
- 1 TL Lebkuchengewürz, gemahlen
- ½ TL Muskatnuss, gerieben
- 50 g ungesalzene Butter, gewürfelt
- 60 g Rosinen
- 25 g Sultaninen
- 25 g Orangeat und Zitronat, fein gehackt
- 21 g frische Hefe*
- ¼ l lauwarme Milch
- 1 großes frisches Ei, verquirlt

Teigkruz

- 60 g Mehl
- 30 g ungesalzene Butter, gewürfelt
- 2 TL feiner Zucker

zum Glasieren

- 4 EL Milch
- 3 EL feiner Zucker

2 Backbleche, gefettet

ergibt 12 Stück

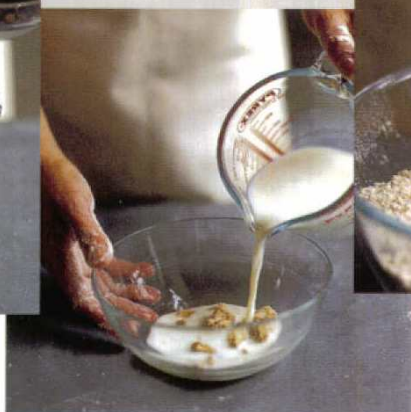
**Bei Verwendung von Trockenhefe 1 Päckchen (7 g) mit Mehl und Salz mischen; Butter hineinkneten. Trockenfrüchte und Flüssigkeiten zugeben, weiter wie im Rezept beschrieben.*

1 Mehl, Zucker, Salz und Gewürze in einer großen Schüssel mischen.

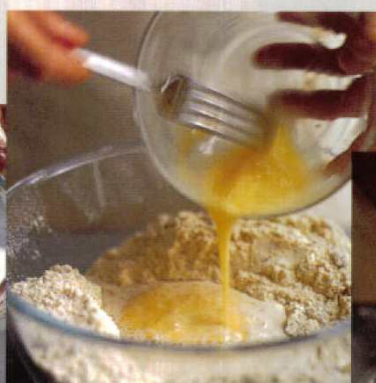
2 Die Butter mit den Fingerspitzen unter das Mehl kneten, bis die Mischung feinkrümelig ist.



3 Trockenfrüchte sowie Orangeat und Zitronat untermischen. Eine Mulde in die Mitte drücken.



4 Die Hefe in eine kleine Schüssel bröckeln. Etwa die Hälfte der Milch dazu gießen und die Hefe darin auflösen.



5 Die Hefe mit der restlichen Milch und dem Ei in die Mulde gießen. Nach und nach das Mehl einarbeiten, bis ein weicher, nicht klebriger Teig entsteht. Klebt der Teig an den Fingern oder der Schüssel, esslöffelweise weiteres Mehl zugeben; fühlt sich der Teig hart und trocken an, esslöffelweise etwas Milch oder Wasser hinzufügen.



6 Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche 10 Minuten gut kneten.



7 Den Teig wieder zurück in die Schüssel legen und die Schüssel in eine große Plastiktüte schieben und diese verschließen oder mit Klarsichtfolie bedecken. Den Teig etwa 1 ½ Stunden an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.



8 Den Teig in der Schüssel oder auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche einige Male fest zusammendrücken.

9 Den Teig in 12 gleiche Stücke teilen, zu Kugeln formen und mit ausreichendem Abstand auf die Bleche setzen. Die Bleche in große Plastiktüten schieben oder mit einem leicht angefeuchteten Geschirrtuch bedecken und in 45–60 Minuten erneut gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Inzwischen den Ofen auf 200 °C (Umluft 170 °C; Gas Stufe 3) vorheizen.

10 Für die Teigkreuze Mehl und Zucker in einer kleinen Schüssel mischen und die Butter mit den Fingerspitzen unterkneten, bis die Mischung grobkörnig ist. 1–2 EL kaltes Wasser einrühren, bis ein fester Teig entstanden ist. Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche etwa 3 mm dick ausrollen und in 10 cm lange und 5 mm breite Streifen schneiden.

11 Die Plastiktüten oder das Geschirrtuch entfernen. Die Teigstreifen mit etwas Wasser anfeuchten und mit der klebrigen Seite nach unten kreuzförmig auf die Brötchen legen.

Die Brötchen im Ofen etwa 15–20 Minuten goldbraun backen.

12 Inzwischen die Glasur zubereiten. Dazu Milch und Zucker in einem kleinen Topf erhitzen, bis sich der Zucker aufgelöst hat, und alles in 1 Minute zu Sirup einkochen.

Die gebackenen Brötchen auf einen Gitterrost legen und sofort mit der heißen Glasur bestreichen.

Warm oder aufbacken verzehren; tiefgekühlt bis zu 1 Monat haltbar.



Von Mitte des 18. Jh. bis 1839 verkaufte das Chelsea Bun House im vornehmen Londoner Stadtteil Pimlico süße, klebrige Fruchtbrötchen, für die angeblich sogar König George III. Schlange stand. Ein Chronist beschrieb die mit Honig verfeinerten Stückchen als sehr süß und sehr leicht.



Mini-Chelsea-Brötchen

für die Brötchen

450 g Weizenmehl
Type 550
1 TL Meersalz
40 g heller Zucker
175 ml lauwarme Milch
21 g frische Hefe*
50 g Butter, zerlassen
1 großes frisches Ei,
verquirlt

Füllung

40 g Butter, zerlassen
60 g dunkler Muscovado-
Zucker (oder brauner Zucker)
120 g gemischte Trocken-
früchte

Honigglasur

3 EL Honig
85 g Butter
5 EL Milch
100 g heller Muscovado-
Zucker (oder brauner Zucker)

1 großes tiefes Backblech,
etwa 30 x 22 cm groß, be-
schichtet, gut gefettet

ergibt 24 Stück

*Bei Verwendung von Tro-
ckenhefe 1 Päckchen (7 g)
mit Mehl, Salz und Zucker
mischen. Milch, Butter und
Ei zugeben. Weiter wie im
Rezept beschrieben ver-
fahren.

Mehl, Salz und Zucker in einer großen Schüssel mischen und eine Mulde in die Mitte drücken.

Die Milch in ein Gefäß gießen, die Hefe hineinbröckeln und auflösen. Die Flüssigkeit in die Mulde gießen und Butter und Ei hinzufügen. Das Mehl nach und nach einarbeiten, bis ein weicher, nicht klebriger Teig entsteht. Klebt der Teig an den Fingern oder der Schüssel, esslöffelweise weiteres Mehl zugeben; sind trockene Krümel in der Schüssel, esslöffelweise lauwarme Milch hinzufügen.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche in 10 Minuten sehr glatt und geschmeidig kneten, wieder in die Schüssel legen, mit Klarsichtfolie bedecken und in etwa 1–1 ½ Stunden an einem warmen Ort auf doppeltes Volumen gehen lassen.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche fest zusammendrücken und zu einem etwa 70 x 18 cm großen Rechteck ausrollen. Mit der Butter bestreichen, Zucker und Trockenfrüchte darauf verteilen. Mit der Längsseite beginnend wie eine Biskuitrolle aufrollen und die Naht fest andrücken. Die Rolle mit einem großen scharfen Messer in 24 gleich große Scheiben schneiden. Mit der Schnittstelle nach oben nebeneinander in die Backform legen, sodass sich die Stücke fast berühren.

Die Form in eine große Plastiktüte schieben, diese verschließen und den Teig etwa 20–30 Minuten gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Inzwischen den Ofen auf 200 °C (Umluft 170 °C; Gas Stufe 3) vorheizen.

Die Zutaten für die Glasur in einem kleinen Topf unter Rühren allmählich erhitzen, bis die Mischung geschmolzen und glatt ist. Alles aufkochen und in etwa 1 Minute zu Sirup eindicken lassen.

Die heiße Glasur über die Brötchen gießen. Sofort in den Ofen schieben und in 15–20 Minuten goldbraun backen. Einige Minuten in der Form abkühlen lassen, bis sich die Glasur gefestigt hat, dann behutsam zum vollständigen Abkühlen auf einen Gitterrost schieben. Ist die Glasur schon hart, lassen sich die Brötchen nur schwer aus der Form lösen. In diesem Fall nochmals einige Minuten zum Aufweichen in den Ofen stellen. Die Brötchen erst nach dem Abkühlen voneinander lösen.

Möglichst am gleichen oder nächsten Tag verzehren. Nicht einfrieren.

Der Grant-Laib



Wenn Sie noch nie Brot gebacken haben, sollten Sie hier beginnen. Doris Grant erfand dieses Vollkornbrot 1944 zufällig. Es wurde zum einen wegen der einfachen Zubereitung berühmt (der Teig wird nicht geknetet und ruht nur kurz in der Form), zum anderen wegen seiner feuchten Krume und des nussigen Geschmacks. Für das Originalrezept nimmt man Weizenvollkornmehl, ich mag das Brot besonders mit Dinkelmehl. Mrs. Grants Brot schmeckte nicht nur gut, es kurierte sie auch von ihren Verdauungsbeschwerden – sie führte das auf den hohen Vitamin-B-Gehalt des Vollkornmehls zurück. Das Brot passt gut zu Käse oder Suppen. Es schmeckt auch als Sandwich und getoastet zum Frühstück.

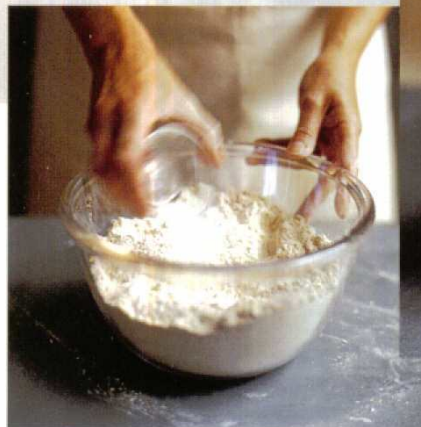
Schritt für Schritt

700 g Dinkel- oder Weizenvollkornmehl
1 TL Meersalz
30 g frische Hefe*
1 gehäufte TL Honig
600 ml lauwarmes Wasser
1 EL Sesamsamen zum Bestreuen

1 Brotform (900 g), gefettet und leicht vorgewärmt

ergibt 1 großen Laib

**Bei Verwendung von Trockenhefe 1 Päckchen (7 g) mit dem angewärmten Mehl und Salz mischen. Wasser und Honig zufügen, mischen und weiter wie im Rezept beschrieben. Den Teig etwas länger gehen lassen.*



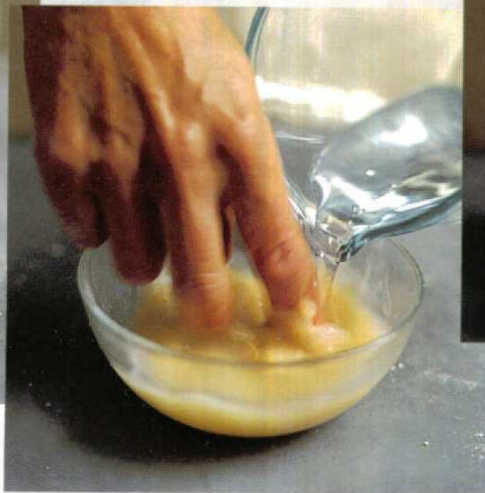
1 Mehl und Salz in einer großen Schüssel gut vermischen. Eine Mulde in die Mitte drücken.

Bei kaltem Wetter das Mehl kurz erwärmen, einige Minuten im Ofen bei 150 °C (Umluft 120 °C, Gas Stufe 1–2) oder 15 Sekunden in der Mikrowelle auf höchster Stufe. Das hilft der Hefe zu wachsen und ergibt einen leichteren Laib.

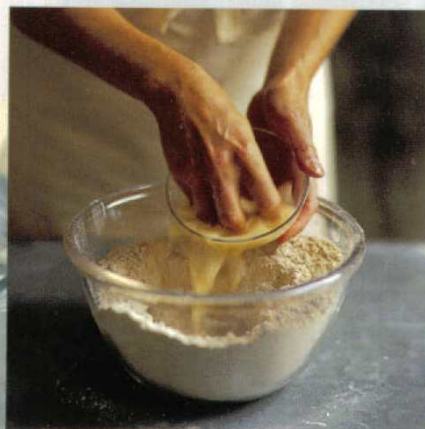
2 Die Hefe in eine kleine Schüssel bröckeln.



3 Den Honig hinzufügen.



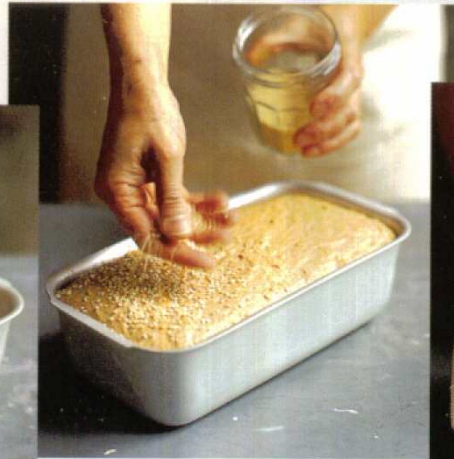
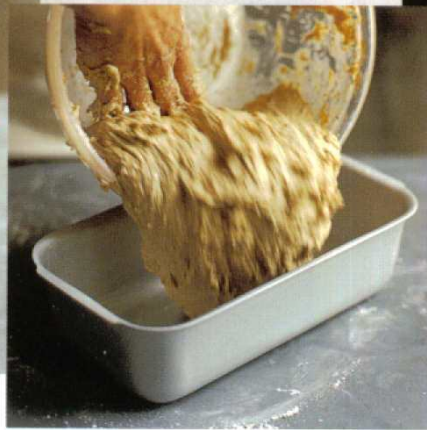
4 Etwa 150 ml Wasser zugeben und rühren, bis die Mischung glatt und cremig wird. 10 Minuten ruhen lassen, bis die Mischung schäumt.



5 Die Hefeflüssigkeit und das restliche Wasser in die Mulde gießen.



6 Die Flüssigkeit ist sehr aktiv und wirft Blasen.



7 Mit den Händen den Teig 1–2 Minuten kräftig mischen. Dabei von den Seiten nach innen arbeiten, bis sich der Teig glatt und glitschig anfühlt und sich sauber von den Seiten der Schüssel löst. Der Teig ist viel feuchter als normale Brotteige.

8 Den Teig in die Form füllen, mit einem feuchten Geschirrtuch bedecken und an einem warmen Ort etwa 25–35 Minuten ruhen lassen, bis der Laib bis auf 1 cm unter den Rand der Form aufgegangen ist.

Inzwischen den Ofen auf 200 °C (Umluft 170 °C; Gas Stufe 3) vorheizen.

9 Den Teig mit Sesamsamen bestreuen und dann 35–40 Minuten im Ofen backen.

10 Das Brot mit einem Tuch oder Topfhandschuhen aus der Form nehmen und mit den Knöcheln auf die Unterseite klopfen. Es sollte sich hohl wie eine Trommel anhören. Klingt es schwer und dumpf, das Brot noch weitere 5 Minuten backen und die Klopfrage wiederholen. Das Brot auf einem Gitterrost ganz abkühlen lassen.

Innerhalb von 4 Tagen verzehren. Tiefgekühlt bis zu 1 Monat haltbar.

Ein köstlich aromatischer Laib mit dem Geschmack von Malzbier. Durch die lange Gehzeit entwickelt sich das Aroma und der Laib krümelt nicht. Das Brot schmeckt sehr gut mit würzigem Käse.

Deutsches Bierbrot

Die Hefe in ein großes Gefäß bröckeln. Malzextrakt, Honig und Bier hinzufügen und die Hefe darin vollständig auflösen.

Mehl und Salz in einer großen Schüssel mischen. Mit den Fingerspitzen das Fett darunter kneten, bis die Mischung wie Semmelbrösel aussieht. Eine Mulde in die Mitte drücken und die Hefeflüssigkeit hineingießen. Nach und nach das Mehl einarbeiten, bis ein weicher, klebriger Teig entsteht – fühlt er sich zu feucht an, esslöffelweise weiteres weißes Mehl einarbeiten; sind trockene Krümel in der Schüssel, esslöffelweise mehr Bier zufügen.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche 10 Minuten kräftig kneten, bis sich der Teig fester und weit weniger klebrig anfühlt.

Den Teig wieder in die Schüssel legen, fest mit Klarsichtfolie verschließen und an einem kühlen Platz in etwa 6–8 Stunden oder über Nacht im Kühlschrank ganz langsam gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche fest zusammendrücken. Zu einer gleichmäßigen Kugel formen und auf das Backblech legen. Das Blech in eine große Plastiktüte schieben und diese fest verschließen. Den Laib an einem warmen Ort in etwa 1–4 Stunden, je nach Ausgangstemperatur des Teigs, erneut gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Inzwischen den Ofen auf 200 °C (Umluft 170 °C; Gas Stufe 3) vorheizen.

Den Laib leicht mit Bier bestreichen, mit den Roggen- oder Weizenkörnern bestreuen und mit einem scharfen Messer einschneiden. Das Brot im Ofen etwa 35 Minuten backen, bis sich der Laib bei der Klopffprobe auf der Unterseite hohl anhört. Auf einem Gitterrost abkühlen lassen.

Innerhalb von 5 Tagen verzehren. Tiefgekühlt 1 Monat haltbar.

21 g frische Hefe*

1 EL Malzextrakt

1 EL Honig

330 ml Malzbier

400 g Weizenmehl
Type 550

100 g Roggenmehl
Type 815

100 g Weizenvollkornmehl

1 ½ TL Meersalz

25 g weißes Pflanzenfett,
Schweineschmalz oder
Butter, gewürfelt

2 EL Bier zum Bestreichen
etwas Roggen- oder Wei-
zenkörner, zerstoßen, zum
Bestreuen

1 Backblech, gefettet

ergibt 1 großen Laib

** Bei Verwendung von
Trockenhefe ¼ TL mit den
Mehlsorten und Salz vermi-
schen. Fett einarbeiten,
Malzextrakt, Honig und Bier
hinzufügen. Weiter wie im
Rezept beschrieben ver-
fahren.*





Deutsches Roggenbrot

Dies ist ein traditionelles, sehr aromatisches Brot mit einem hohen Anteil an Roggenmehl, das zu einer feinporigen Krume und guter Kruste führt. Anstelle von Hefe wird ein Sauerteigansatz verwendet. Wenn Sie es etwas milder und leichter mögen, nehmen Sie Roggen- und weißes Weizenmehl zu gleichen Teilen. Das Aroma dieses lange haltbaren Brotes kommt erst nach dem Backen richtig zur Geltung.

- 600 g Roggenvollkornmehl
- 200 g Weizenmehl Type 550
- 50 g Roggenschrot und etwas Schrot extra
- 2 TL Meersalz
- 1 gute Prise gemahlener Kümmel
- 350 ml dickflüssiger Sauerteigansatz (siehe S. 13)
- etwa 370 ml lauwarmes Wasser

2 Backbleche, gefettet

ergibt 2 Laibe

Schritt für Schritt

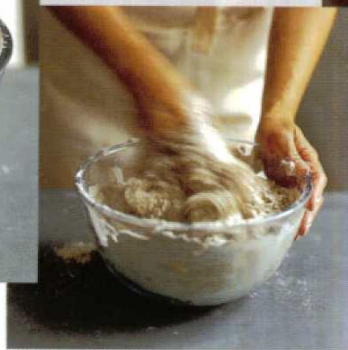


1 Mehl, Schrot, Salz und Kümmel in einer großen Schüssel mischen und eine Mulde in die Mitte drücken. Bei kühlem Wetter die Mischung einige Minuten im Ofen bei 150 °C (Umluft 120 °C, Gas Stufe 1) oder 15 Sekunden in der Mikrowelle auf höchster Stufe leicht erwärmen.

2 Den Sauerteigansatz in die Mulde gießen.



3 Wasser zugeben und zu einem Brei verrühren.



4 Mit den Händen nach und nach das Mehl einarbeiten, bis ein weicher Teig entsteht. Eventuell weiteres Wasser zugeben oder mehr Weizenmehl einarbeiten, wenn sich der Teig sehr klebrig anfühlt.

Dieser Teig ist schwerer und klebriger als aus reinem Weizenmehl; er lässt sich auch schwerer bearbeiten.



5 Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche etwa 10 Minuten kräftig kneten oder mit dem Knethaken einer starkmotorigen Küchenmaschine 5 Minuten bei langsamer Geschwindigkeit bearbeiten.



6 Den Teig wieder in die Schüssel legen, mit Klarsichtfolie abdecken und gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat. Je nach Kraft des Vorteigs und der Raumtemperatur braucht der Teig zwischen 3 und 8 Stunden.

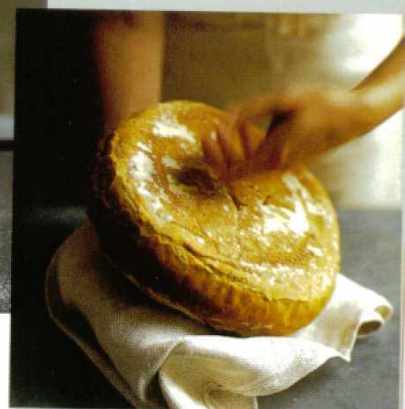
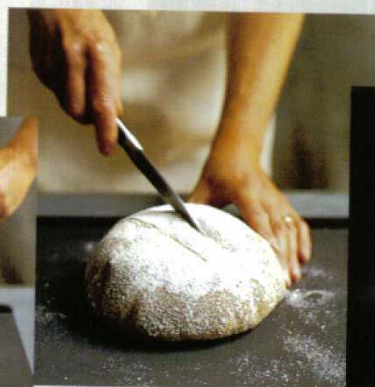
Teig aus Roggenmehl geht nicht so leicht wie Teig aus anderen Mehlsorten; eine recht warme, feuchte Atmosphäre wie in einer dampfigen Küche eignet sich am besten.



7 Den Teig in der Schüssel oder auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche einige Male fest zusammendrücken, dann halbieren.

Jede Hälfte zu einem gleichmäßigen Laib formen. Die Laibe in etwas Roggenschrot wälzen und auf die Bleche legen.

Die Bleche in große Plastiktüten schieben und diese verschließen.



8 Die Laibe können auch in mit Baumwolltüchern ausgelegten Weidenkörben gehen oder in Durchschlägen, die mit stark bemehlten leinenen Geschirrtüchern ausgeschlagen sind.

9 In etwa 3–5 Stunden, je nach Temperatur und Kraft des Teigs, den Teig an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Gegen Ende der Gehzeit den Ofen auf 220 °C (Umluft 190 °C; Gas Stufe 3–4) vorheizen. Ein mit Wasser gefülltes tiefes Blech unten in den Ofen stellen, um Dampf zu erzeugen.

Geht der Teig in einem Korb, 2 nicht bemahlte Backbleche zum Aufheizen mit in den Ofen schieben.

10 Die Bleche aus den Plastiktüten nehmen oder die Laibe aus den Körben auf die heißen Bleche herauskippen.

11 Die Oberseite jedes Laibs mit einem scharfen Messer einschneiden und die Bleche in den Ofen schieben. Mit einer Sprühflasche Wasser in den Ofen sprühen, um den Dampf darin zu verstärken – das unterstützt den Teig beim Gehen im Ofen.

12 Die Brote etwa 35 Minuten backen; sie müssen sich bei der Klopfprobe auf der Unterseite hohl anhöhlen.

Die Brote auf einem Gitterrost abkühlen lassen. Bleiben die Brote vor dem Anschneiden eingewickelt über Nacht liegen, kann sich das Aroma voll entwickeln.

Dieses Brot hält sich bis zu einer Woche. Tiefgekühlt bis zu 1 Monat haltbar.



Dies ist ein sehr beliebter, ziemlich kräftiger Laib aus dem Schweizer Kanton Wallis. Er wird unter Zugabe von Milch aus einer nur dort erhältlichen Mehlmischung aus Roggenvollkorn und Weizen gebacken, die an Grahammehl erinnert. Das Brot passt gut zu Käse und Pasteten.

Schweizer Bauernbrot

Mehl und Salz in einer großen Schüssel mischen und eine Mulde in die Mitte drücken.

Milch und Wasser in ein Gefäß gießen, die Hefe hineinbröckeln und darin auflösen. Die Flüssigkeit in die Mulde gießen und nach und nach das Mehl einarbeiten, bis ein weicher Teig entsteht. Fühlt sich der Teig klebrig an, esslöffelweise mehr Mehl einarbeiten; sind trockene Krümel in der Schüssel oder fühlt sich der Teig hart und trocken an, esslöffelweise Milch oder Wasser zugeben.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche 5 Minuten gut kneten.

Den Teig zurück in die Schüssel geben, mit Klarsichtfolie bedecken und etwa 1 ½–2 Stunden an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche fest zusammendrücken und zu einer Kugel formen. Im Mehl wenden und auf das Blech legen. Das Blech in eine große Plastiktüte schieben, und den Laib etwa 1 Stunde gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat. Die Oberseite kann etwas aufbrechen.

Inzwischen den Ofen auf 230 °C (Umluft 200 °C, Gas Stufe 4–5) vorheizen. Ein mit Wasser gefülltes tiefes Blech unten in den Ofen schieben, um Dampf zu erzeugen.

Den Laib mit einem scharfen Messer rautenförmig einschneiden und etwa 25–30 Minuten backen, bis der Laib bei der Klopfrage auf der Unterseite hohl klingt. Auf einem Gitterrost abkühlen lassen.

Innerhalb von 6 Tagen verzehren. Tiefgekühlt 1 Monat haltbar.

200 g Roggenvollkornmehl
100 g Weizenvollkornmehl
100 g Weizenmehl
Type 1050 und etwas
extra Mehl
¼ TL Meersalz
je 150 ml lauwarme Milch
und Wasser
21 g frische Hefe*

1 Backblech, gut gefettet

ergibt 1 Laib

**Bei Verwendung von Trockenhefe 1 Päckchen (7 g) mit Mehlsorten und Salz mischen, die Milchmischung einarbeiten und weiter wie im Rezept beschrieben verfahren.*



Polnische Mohnrolle

Ich wohnte einmal gegenüber einem polnischen Feinkosthändler. An seinem Backtag warteten viele seiner Landsleute auf dieses himmlische Gebäck. Schneiden Sie es in dicke Scheiben und trinken Sie den besten Kaffee dazu.

für die Mohnrolle

250 g Weizenmehl
Type 550
¼ TL Meersalz
2 TL feiner Zucker
50 g ungesalzene Butter,
gewürfelt
etwa 90 ml lauwarme Milch
10,5 g frische Hefe*
1 frisches Ei

für die Füllung

50 g Trockenfrüchte-
mischung
2 EL Rum
125 g Mohnsamen
4 EL Honig

zum Glasieren

1 frisches Eigelb
1 TL Puderzucker

1 großes Backblech, gut
gefettet

ergibt 1 Laib

**Bei Verwendung von
Trockenhefe ½ Päckchen (à
7 g) mit Mehl, Salz und
Zucker mischen; Butter
hineinkneten. Milch und Ei
zufügen und weiter wie im
Rezept beschrieben ver-
fahren.*

Bei kaltem Wetter das Mehl einige Minuten im Ofen bei 150 °C (Umluft 120 °C, Gas Stufe 1) leicht erwärmen – das aktiviert die Hefe.

Das Mehl in einer großen Schüssel mit Salz und Zucker mischen. Mit den Fingerspitzen die Butter mit dem Mehl verkneten, bis die Mischung feinkrümelig ist. Eine Mulde in die Mitte drücken.

Die Milch in ein Gefäß gießen, Hefe hineinbröckeln und darin auflösen. In die Mulde gießen. Das Ei in die Hefeflüssigkeit mischen. Das Mehl nach und nach einarbeiten, bis ein glatter, weicher Teig entsteht. Ist er zu trocken oder sind Krümel in der Schüssel, esslöffelweise Milch zufügen.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche 10 Minuten gut kneten und wieder in die Schüssel legen. Mit Klarsichtfolie bedecken und etwa 1 ½–2 Stunden gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Inzwischen für die Füllung die Trockenfrüchte in einen kleinen Topf geben und im Rum einweichen. Die Mohnsamen in einer hitzebeständigen Schüssel mit kochendem Wasser bedecken. Nach 5 Minuten durch ein sehr feines Sieb oder ein Muselintuch abseihen. Die Samen in der Gewürzmühle mahlen oder in einem Mörser zerstoßen. Den Honig zu den Trockenfrüchten geben und leicht erhitzen, bis er sich aufgelöst hat. Die Mohnsamen hinzufügen und alles unter Rühren aufkochen. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche zusammendrücken und dann zu einem etwa 30 x 20 cm großen und knapp 1 cm dicken Rechteck ausrollen.

Die Füllung auf dem Teig verteilen, dabei einen 1 cm breiten Rand aussparen. Den Teig wie eine Biskuitrolle zusammenrollen und die Enden unterschlagen. Die Naht fest andrücken und die Rolle mit der Nahtseite nach unten auf das Blech legen. Blech in eine große Plastiktüte schieben und die Rolle etwa 1 ½ Stunden oder über Nacht im Kühlschrank gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Inzwischen den Ofen auf 190 °C (Umluft 160 °C; Gas Stufe 2–3) vorheizen.

Das Eigelb verquirlen, mit dem Puderzucker mischen und die Rolle damit bestreichen. Die Rolle etwa 35 Minuten fest und goldbraun backen und auf einem Gitterrost abkühlen lassen.

Innerhalb von 4 Tagen verzehren. Nicht einfrieren.





Schwedisches Safranbrot

Mit Safran aromatisierte Brote, Kuchen und Kekse sind an Feiertagen in Schweden sehr beliebt. Das hier ist ein traditionelles Weihnachtsbrot; aus demselben Teig, mit Rosinen darin, werden auch „Luzienkätzchen“ gebacken, kleine gedrehte Brötchen, die es am Morgen des 13. Dezember, an St. Luzia, gibt.

Die Safranfäden in eine kleine hitzebeständige Schüssel bröckeln, kochendes Wasser darüber gießen und lange (maximal 12 Stunden) einweichen lassen.

Wenn es Zeit zum Backen ist, die Milch in ein Gefäß gießen und die Hefe hineinbröckeln. Das Ei zugeben und leicht verschlagen.

Mehl, Salz und Zucker in einer großen Schüssel mischen und eine Mulde in die Mitte drücken. Hefe- und Safranflüssigkeit und die abgekühlte Butter in die Mulde gießen. Gut mischen, dann nach und nach das Mehl einarbeiten, bis ein sehr glatter Teig entsteht. Fühlt er sich klebrig an, esslöffelweise weiteres Mehl einarbeiten; ist er trocken oder sind Krümel in der Schüssel, esslöffelweise Milch oder Wasser hinzufügen.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche 5 Minuten gut kneten, bis er sehr geschmeidig und seidig glatt ist.

Den Teig wieder in die Schüssel geben, mit Klarsichtfolie bedecken und etwa 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche fest zusammendrücken. In 7 gleiche Stücke teilen und jedes Stück zu einer etwa 24 cm langen Rolle formen. Jede Rolle zu einer gleichmäßigen Spirale aufrollen. Eine Spirale in die Mitte des Blechs setzen, die anderen darum herum anordnen, sodass sie sich leicht berühren und die Spiralen alle in die gleiche Richtung drehen. Das Blech in eine große Tüte schieben und diese verschließen. Den Laib in etwa 30 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Inzwischen den Ofen auf 200 °C (Umluft 170 °C; Gas Stufe 3) vorheizen.

Den Laib leicht mit dem Ei bestreichen.

Das Safranbrot in etwa 25 Minuten goldbraun und fest backen und dann auf dem Gitterrost abkühlen lassen.

Innerhalb von 2 Tagen verzehren. Tiefgekühlt 1 Monat haltbar.

Hinweis: Der gegangene Teig kann auch zusammengedrückt und zu einem Zylinder geformt werden, der in eine 450-g-Form passt. Nochmals auf das doppelte Volumen gehen lassen, dann bei 180 °C (Umluft 150 °C; Gas Stufe 2–3) etwa 1 Stunde backen.

- ½ TL Safranfäden
- 2 EL kochendes Wasser
- 220 ml lauwarme Milch
- 21 g frische Hefe*
- 1 frisches Ei
- 500 g Weizenmehl
Type 550
- 1 TL Salz
- 50 g feiner Zucker
- 100 g ungesalzene Butter,
zerlassen
- 1 frisches Ei, verquirlt, zum
Glasieren
- 1 großes Backblech, gut
gefettet

ergibt 1 großen Laib

**Bei Verwendung von Trockenhefe 1 Päckchen (7 g) mit Mehl, Salz und Zucker mischen. Milch, Safran und Butter hinzufügen und weiter wie im Rezept beschrieben vorgehen.*







Vetebrod

Dieses süße Brot wird in Schweden zum Kaffee serviert. Den Teig würzt man mit duftendem Kardamom – ein in schwedischem Gebäck häufig vorkommendes, wenn auch teures Gewürz –, die Füllung mit Zimtpulver.

* Für den Teig Butter und Milch in ein Gefäß geben und stehen lassen, bis die Butter geschmolzen und die Flüssigkeit lauwarm ist. Hefe hineinbröckeln und vollständig auflösen.

Mehl, Salz und Zucker in einer großen Schüssel mischen. Die schwarzen Samenkörner aus den Kardamomschoten schaben, im Mörser zu einem feinen Pulver zerstoßen und zum Mehl geben. Eine Mulde in die Mitte drücken und die Hefe hineingießen. Nach und nach das Mehl einarbeiten, bis ein weicher, nicht klebriger Teig entsteht. Fühlt er sich klebrig an, esslöffelweise weiteres Mehl zugeben; sind trockene Krümel in der Schüssel oder fühlt sich der Teig trocken an, esslöffelweise Milch oder Wasser zufügen.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche in 10 Minuten glatt, seidig und sehr elastisch kneten. Den Teig wieder in die Schüssel legen, mit Klarsichtfolie bedecken und etwa 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Inzwischen die Zutaten für die Füllung weich und cremig schlagen.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche fest zusammendrücken und zu einem Quadrat mit etwa 30 cm Kantenlänge ausrollen. Die Füllung gleichmäßig auf dem Teig verteilen und ihn der Länge nach wie eine Biskuitrolle aufrollen. Die Naht fest zusammendrücken und die Rolle mit der Nahtseite nach unten auf das Blech legen. Mit einer Küchenschere in 1-cm-Abständen sehr tief einschneiden und die angeschnittenen Stückchen abwechselnd nach links und rechts ziehen. Das Blech in eine große Plastiktüte schieben und den Teig etwa 45–60 Minuten wie zuvor gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Inzwischen den Ofen auf 200 °C (Umluft 170 °C; Gas Stufe 3) vorheizen.

Den Laib in etwa 20 Minuten fest und goldbraun backen. Auf einem Gitterrost mit einem trockenen Geschirrtuch bedecken und abkühlen lassen.

Mit Puderzucker bestäubt servieren. (Alternativ kann man das Vetebrod bereits vor dem Backen mit Hagelzucker bestreuen.)

Möglichst am gleichen Tag oder innerhalb von 3 Tagen verzehren. Tiefgekühlt bis zu 1 Monat haltbar.

für den Teig

50 g ungesalzene weiche Butter, gewürfelt
150 ml heiße Milch
10,5 g frische Hefe*
300 g Weizenmehl Type 550
½ TL Meersalz
50 g heller Muscovado-Zucker (oder Haushaltszucker)
10 grüne Kardamomschoten
etwas Puderzucker oder Hagelzucker zum Servieren

für die Zimtfüllung

50 g ungesalzene weiche Butter
50 g heller Muscovado-Zucker (oder Haushaltszucker)
1 TL Zimtpulver

1 großes Backblech, gut gefettet

ergibt 1 Laib

**Bei Verwendung von Trockenhefe 4 g mit Mehl, Salz, Zucker und Kardamom mischen. Geschmolzene Butter und Milch hinzufügen und weiter wie im Rezept beschrieben vorgehen.*





Afrika und Naher Osten

Das erste gesäuerte Brot gab es vermutlich im alten Ägypten, und archäologische Studien deuten darauf hin, dass sich seither an der Art des Brotbackens in diesem Teil der Welt wenig verändert hat. Die Brote dieser Region sind unabhängig von Modeerscheinungen.

Fladenbrote – rund, oval oder lang wie ein Schal – reicht man dort zu nahezu jeder Mahlzeit. Sie werden aus einer Vielzahl von Getreidearten hergestellt, mit Hefe oder altem Teig gesäuert und häufig mit Kräutern oder Gewürzen verfeinert. Das bekannteste ist das allgegenwärtige Pittabrot, das sich an fast jedem Schnellimbiss von New York bis London und von Seattle bis Sydney findet. In seiner Heimat wird es als Besteck oder Teller verwendet und mit Mezze gegessen, der nahöstlichen Version von Tapas oder Antipasti. Die aus Persien stammende Mezze-Tradition erstreckt sich von der Türkei in die Balkanländer und Griechenland und durch den Libanon, Ägypten und Nordafrika bis Marokko. Doch wo auch immer Mezze verzehrt wird, Brot gehört dazu.

Nicht alle Brote sind Fladen, wie man auf den Märkten der Region feststellen kann, wo Kinder und Frauen große Mengen ungebackener Laibe zum örtlichen Backhaus und nach dem Backen wieder nach Hause tragen, duftend und bereit, verspeist zu werden.

Kahk

Die arabischen Brotringe werden in diesem irakischen Rezept mit geröstetem Kreuzkümmel und Koriander verfeinert, mit Ei bestrichen und in Sesamsamen gewendet. Für andere Rezepte nimmt man Bockshornklee oder Schwarzkümmel (*Nigella*), und in Marokko sind Piment und Chili beliebt. Kahk werden als Vorspeise oder Snack serviert.

300 g Weizenmehl
Type 550

1 TL Meersalz

2 TL Kreuzkümmelsamen,
geröstet*

1 TL Korianderkörner, ge-
röstet und gemahlen*

10,5 g frische Hefe**

100 ml lauwarmes Wasser

100 ml Olivenöl

1 frisches Ei, verquirlt, zum
Glasieren

etwas Sesamsamen zum
Bestreuen

*einige Backbleche, gut
gefettet*

ergibt 18 Stück

**Ganze Gewürzkörner rö-
sten: Jede Sorte für sich in
einer kleinen beschichteten
Pfanne ohne Fett bei mäßi-
ger Hitze einige Minuten
rühren, bis sie duften und
leicht die Farbe ändern.*

***Bei Verwendung von
Trockenhefe 4 g mit Mehl
und Gewürzen mischen,
Wasser und Öl hinzufügen
und weiter wie im Rezept
beschrieben verfahren.*

Mehl, Salz und Gewürze in einer großen Schüssel gut vermischen. Eine Mulde in die Mitte drücken.

Die Hefe in eine kleine Schüssel bröckeln, Wasser zufügen und die Hefe darin auflösen. Die Hefeflüssigkeit mit dem Olivenöl in die Mulde gießen. Nach und nach das Mehl einarbeiten, bis ein fester, schwerer Teig entsteht. Fühlt er sich klebrig an, esslöffelweise weiteres Mehl einarbeiten; sind trockene Krümel in der Schüssel, esslöffelweise Wasser zugeben.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche 10 Minuten gut kneten, zurück in die Schüssel legen, mit Klarsichtfolie bedecken und etwa 1 ½ Stunden an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche fest zusammendrücken und in 18 walnussgroße Stücke teilen. Die Stücke mit den Händen zu etwa 12 cm langen Würsten rollen, die Enden zu einem Ring schließen.

Die Ringe mit etwas Abstand auf die Bleche legen, ganz leicht mit dem Ei bestreichen und dabei den Teig nicht am Blech festkleben lassen. Mit Sesamsamen bestreuen. Die Bleche in große Plastiktüten schieben, diese verschließen und den Teig etwa 30 Minuten gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Inzwischen den Ofen auf 190 °C (Umluft 160 °C; Gas Stufe 2–3) vorheizen.

Die Ringe in 25 Minuten fest und goldbraun backen. Dann das Gebäck aus dem Ofen nehmen und die Temperatur auf kleinste Stufe zurückschalten; wenn der Ofen deutlich abgekühlt ist, die Ringe darin in weiteren 20 Minuten knusprig und trocken backen. Auf einem Gitterrost abkühlen lassen.

Sofort verzehren oder in einem luftdicht verschlossenen Gefäß bis zu 1 Monat aufbewahren.



Ein weiterer beliebter heißer Snack aus der Türkei. Ein sehr dünner, pizzaähnlicher Boden wird mit würziger Fleischmischung bedeckt und gebacken. Ofenheiß rollt man ihn dann zusammen und isst ihn mit den Fingern.

Lahmacun

Gefüllte türkische Pizza

für den Teig

450 g Weizenmehl
Type 550
1 ½ TL Meersalz
21 g frische Hefe*
280 ml lauwarmes Wasser
1 EL Olivenöl vergine

für die Fleischfüllung

250 g sehr mageres Hackfleisch von Rind oder Lamm
1 kleine Zwiebel, sehr fein gehackt
1 Tomate, enthäutet, entkernt und fein gehackt
1 rote Chilischote oder ½ rote Paprika, jeweils entkernt und fein gehackt
1 gehäufte EL frische glattrandige Petersilie oder Koriandergrün, gehackt
etwas Salz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
2 EL Olivenöl vergine
4 große Backbleche, gefettet

ergibt 4 große Fladen

**Bei Verwendung von Trockenhefe 1 Päckchen (7 g) mit Mehl und Salz mischen. Wasser und Öl zufügen und zu einem weichen Teig verarbeiten, das „Schwamm-Stageum“ auslassen.*

Für den Teig Mehl und Salz in einer großen Schüssel mischen. Eine Mulde in die Mitte drücken und die Hefe hineinbröckeln. Wasser zugießen und die Hefe darin auflösen. Das Öl untermischen und dann nach und nach so viel Mehl zugeben, dass ein dickflüssiger Teig entsteht. Die Schüssel mit einem trockenen Geschirrtuch bedecken und den Teig etwa 20 Minuten ruhen lassen, bis er einem aufgebauchten Schwamm ähnelt. Das restliche Mehl einarbeiten, bis ein weicher, nicht klebriger Teig entsteht. Fühlt er sich klebrig an, esslöffelweise mehr Mehl zugeben; ist er trocken und krümelig, esslöffelweise Wasser zufügen.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche 10 Minuten gut kneten. Wieder in die Schüssel legen, mit Klarsichtfolie bedecken und etwa 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche fest zusammendrücken und vierteilen, 5 Minuten ruhen lassen und inzwischen den Belag vorbereiten. Den Ofen auf 200 °C (Umluft 170 °C; Gas Stufe 3) vorheizen.

Alle Zutaten für den Belag außer dem Olivenöl in einer Schüssel gut vermischen.

Den Teig so dünn wie möglich (etwa 2 mm) ausrollen, damit 4 große Scheiben oder Rechtecke entstehen, die auf die Bleche passen. Die Teigländer sollten sehr dünn sein – falls nötig, die Kanten mit einem scharfen Messer abschneiden.

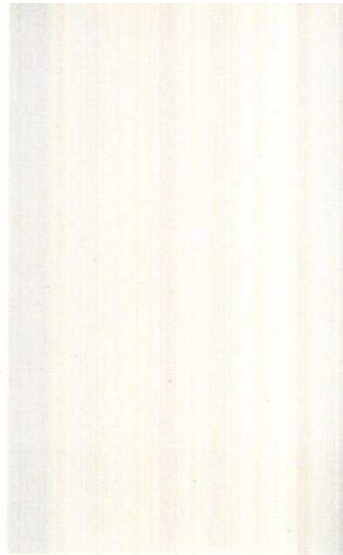
Die Teigblätter auf die Bleche legen, leicht mit Olivenöl bestreichen und mit der Fleischmischung belegen. Alle Fleischbröckchen zerteilen – der Belag soll den Teig nicht vollständig bedecken, sondern nur für Geschmack sorgen. Die Fladen sofort im Ofen etwa 12 Minuten backen, bis sie fest und leicht gebräunt sind. Aus dem Ofen nehmen und schnell, aber behutsam zusammenrollen oder falten. In Papierservietten wickeln und sofort verzehren.





Pittabrote mit Koriander und Oliven

Pittabrote, gleich ob rund oder oval, pur oder aromatisiert, haben eine Nische in unseren Supermärkten und Restaurants gefunden. Man kann sie leicht zerteilen und mit Falafel und Salat füllen oder in Stücke schneiden und zu Dips und Vorspeisengerichten reichen. Werfen Sie während des Backens mal einen Blick in den Ofen: Die Brote blähen sich auf wie Luftballons.



300 ml lauwarmes Wasser
21 g frische Hefe*
1 ½ EL Olivenöl vergine
etwa 500 g Weizenmehl
Type 550
2 TL Meersalz
2 ½ EL frisches Koriandergrün,
gehackt
1 gute Prise Kreuzkümmel-
pulver
60 g entsteinte schwarze
Oliven, gehackt

einige Backbleche

ergibt 12 große Fladen

**Bei Verwendung von Trocken-
hefe bei Schritt 2 1 Päckchen
(7 g) zum Mehl geben, in
Wasser und Öl einarbeiten.
Das Salz bei der zweiten Zu-
gabe hinzufügen.*

Schritt für Schritt



1 Das Wasser in eine kleine Schüssel gießen, die Hefe hineinbröckeln und darin auflösen.

2 Das Öl dazugießen und gut vermischen.



3 Eine Hand voll Mehl zur Hefemischung geben und mit den Händen zu einem glatten Teig verarbeiten. Eine weitere Hand voll Mehl und das Salz zufügen, einarbeiten. Das restliche Mehl ebenso einarbeiten, bis ein weicher, nicht klebriger Teig entsteht.

4 Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche unter der umgestülpten Schüssel 5 Minuten ruhen lassen.

5 Den Teig 5 Minuten kräftig kneten, bis er sehr geschmeidig und glatt ist.

6 Den Teig zu einer flachen Scheibe formen und mit Koriandergrün, Kreuzkümmel und Oliven bestreuen.

7 Den Teig etwa 3–4 Minuten kneten, bis sich die Gewürze gleichmäßig im Teig verteilt haben.



8 Den Teig zurück in die Schüssel legen, mit Klarsichtfolie bedecken und etwa 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche mit den Fingerknöcheln fest zusammendrücken und in 12 gleiche Stücke teilen. Jedes Stück zu einer Kugel formen, mit Klarsichtfolie oder einem trockenen Geschirrtuch bedecken und etwa 10 Minuten ruhen lassen.

9 Jede Kugel mit dem leicht bemehlten Nudelholz zu einem etwa 5 mm dicken Kreis oder Oval von etwa 15 cm Ø ausrollen.

10 Die Fladen nebeneinander auf einem gut bemehlten trockenen Tuch etwa 30 Minuten gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Inzwischen den Ofen auf höchster Stufe vorheizen und ein Backblech zum Aufheizen hineinschieben.

11 Die Pittafladen portionsweise backen. Die Hände mit dicken Topfhandschuhen oder einem Tuch schützen und eine Portion Fladen schnell auf das heiße Blech legen. Die Fladen leicht mit Wasser benetzen oder besprühen und 2 Minuten backen.

12 Überprüfen, wie braun die Fladen sind und wenn nötig noch etwa 1 Minute weiterbacken, je nach Ofentemperatur. Werden die Fladen schneller braun als fest, die Temperatur leicht reduzieren. Sobald die Fladen fest sind, aus dem Ofen nehmen.

Die Fladen auf einem Gitterrost leicht abkühlen lassen, dann mit einem trockenen Geschirrtuch bedecken, um die Kruste weich zu halten.

Warm oder leicht gegrillt sobald wie möglich nach dem Backen verzehren. Tiefgekühlt bis zu 1 Monat haltbar. Vor dem Verzehr erhitzen.



Dieser türkische Snack ist eine mit Käse verfeinerte Kreuzung zwischen Quiche und Pizza – er stammt von meinem Freund Zeynep Conker Stromfelt, dessen Mutter in Istanbul eine für ihre Brote und Pasteten berühmte Köchin ist.

Peynirli Pide

Für den Teig das Mehl in eine große Schüssel geben und eine Mulde in die Mitte drücken. Die Hefe hineinbröckeln, das Wasser zugeben und die Hefe darin auflösen. Genug Mehl einarbeiten, um einen sehr dickflüssigen Teig zu erhalten. Die Schüssel mit einem trockenen Geschirrtuch bedecken und etwa 15 Minuten stehen lassen, bis die Hefemischung einem aufgebauchten Schwamm ähnelt. Milch und Eier hinzufügen, dann Mehl und Salz einarbeiten, bis ein weicher Teig entsteht.

Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche 5 Minuten gut kneten. Die Butter einarbeiten und noch 1 Minute kneten, bis sie gleichmäßig verteilt ist. Den Teig wieder in die Schüssel legen, mit Klarsichtfolie bedecken und etwa 1 ½ Stunden an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche fest zusammendrücken, in 6 gleiche Stücke teilen und mit gut bemehlten Händen zu Bällchen formen. Die Bälle zu etwa 15 cm langen Ovalen formen oder ausrollen. Einen Rand hochziehen, damit die Füllung nicht herausfallen kann. Mit ausreichend Abstand auf die Bleche legen.

Für die Füllung alle Zutaten mit einer Gabel vermengen. Die Füllung in die Mitte der Fladen löffeln und die Butterflöckchen darauf setzen. Etwa 20–30 Minuten gehen lassen.

Inzwischen den Ofen auf 200 °C (Umluft 170 °C; Gas Stufe 3) vorheizen.

Die Bleche in den Ofen schieben und die Fladen etwa 20 Minuten backen. Noch warm verzehren.

für den Teig

350 g Weizenmehl
Type 550
15 g frische Hefe*
3 EL lauwarmes Wasser
100 ml lauwarme Milch
2 frische Eier, verquirlt
1 TL Meersalz
30 g ungesalzene, sehr weiche Butter

für die Käsefüllung

175 g Feta, zerkleinert
1 frisches Ei, verquirlt
einige schwarze Pfefferkörner, zerstoßen
1 gehäufte EL glattblättrige Petersilie, gehackt
einige Spritzer Tabasco
etwa 20 g Butter in Flöckchen

einige Backbleche, gefettet

ergibt 6 große Piden

**Bei Verwendung von Trockenhefe 4 g mit Mehl mischen. Wasser, Milch und Eier zugeben und den Teig bereiten, das „Schwamm-Stadium“ auslassen.*



Nordafrika ist eines der größten Orangenanbaugebiete der Welt und Orangenblütenwasser ein beliebtes Aroma der arabischen Küche. Wenn Sie Mounas zum Frühstück servieren, verströmen sie einen Duft, der an den Maghreb erinnert.

Mounas

Mehl, Salz und Zucker in einer großen Schüssel mischen. Eine Mulde in die Mitte drücken und die Hefe hineinbröckeln. Das Wasser zugeben und die Hefe darin auflösen. Etwas Mehl einarbeiten, bis ein dickflüssiger Teig entsteht. Die Schüssel mit einem trockenen Geschirrtuch bedecken und 20 Minuten ruhen lassen, bis der Teig wie ein aufgebauschter Schwamm aussieht.

Eier, Orangenschale, Öl und Blütenwasser hinzufügen, und alles gut verrühren. Nach und nach das Mehl einarbeiten, bis ein weicher, leicht klebriger Teig entsteht. Fühlt sich der Teig zu klebrig an, esslöffelweise weiteres Mehl einarbeiten; sind trockene Krümel in der Schüssel, esslöffelweise Wasser zugeben.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche 10 Minuten kräftig kneten, dann wieder in die Schüssel legen und mit Klarsichtfolie bedecken. Dann den Teig gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat – der Teig ist sehr schwer, die Gehzeit beträgt in einem warmen Raum etwa 3 Stunden oder 1 Nacht an einem kühleren Ort.

Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche fest zusammendrücken und in 12 gleiche Stücke teilen. Die Stücke zu Bällchen formen und mit ausreichend Abstand auf die Bleche setzen. Die Bleche in große Plastiktüten schieben, diese verschließen und den Teig etwa 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Inzwischen den Ofen auf 200 °C (Umluft 170 °C; Gas Stufe 3) vorheizen.

Die Bällchen leicht mit Eigelb bestreichen und in etwa 15 Minuten fest und goldbraun backen. Auf einem Gitterrost abkühlen lassen. Mit Puderzucker bestreuen und noch warm am gleichen Tag verzehren. Dazu Kaffee servieren.

450 g Weizenmehl
Type 550

1 TL Meersalz

100 g feiner Zucker

21 g frische Hefe*

125 ml lauwarmes Wasser

2 frische Eier, verquirlt
abgeriebene Schale von
1 unbehandelten Orange

3 EL Olivenöl vergine

2 EL Orangenblütenwasser
etwas verquirltes frisches
Ei zum Glasieren

etwas Puderzucker zum
Bestäuben

2 Backbleche, gut gefettet

ergibt 12 Stück

**Bei Verwendung von
Trockenhefe 1 Päckchen
(7 g) mit 100 g Mehl mi-
schen. Wasser zugeben
und einen dickflüssigen Teig
bereiten, dann 20 Minuten
ruhen lassen. Eier, Oran-
genschale, Öl und Oran-
genblütenwasser zugeben
und mit Salz und Zucker
gemischtes restliches Mehl
einarbeiten.*







Turkmenistan, angrenzend an Afghanistan und Iran und ehemals Teil der Sowjetunion, war schon zu biblischen Zeiten die Heimat nomadisierender Stämme. Ihr Lieblingsbrot voller gerösteter Samenkörner und Nüsse hatten sie immer dabei – egal, wo sie sich niederließen. Ich gebe Hefe zum traditionellen Sauerteig, das verbessert die Struktur des gebackenen Laibs. Das Brot passt gut zu Suppe und Salat.

Turkmenisches Brot

Mehl, Salz, Samen, Schrot und Flocken in einer großen Schüssel mischen. Eine Mulde in die Mitte drücken.

Die Hefe in eine kleine Schüssel bröckeln, Honig sowie die Hälfte des Wassers zugeben und die Hefe darin auflösen. Die Hefeflüssigkeit mit dem restlichen Wasser und dem Sauerteig in die Mulde gießen. Die Flüssigkeiten gut vermischen und nach und nach die Mehlmischung einarbeiten, bis ein weicher, nicht klebriger Teig entsteht. Klebt der Teig an den Fingern, esslöffelweise mehr Mehl einarbeiten; fühlt er sich hart und trocken an, esslöffelweise Wasser zufügen – die benötigte Flüssigkeitsmenge hängt von der Konsistenz des Sauerteigs ab.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche 10 Minuten gut kneten. Wieder in die Schüssel legen und diese in eine große Plastiktüte schieben oder mit Klarsichtfolie bedecken. Den Teig etwa 2 Stunden an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Den Teig auf die leicht bemehlte Arbeitsfläche legen und nach und nach die Nüsse einarbeiten. Den Teig zu einer Kugel formen, auf das Blech legen und zugedeckt in etwa 1 Stunde gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Inzwischen den Ofen auf 220 °C (Umluft 190 °C; Gas Stufe 3–4) vorheizen.

Den Teig aufdecken, das Blech in den Ofen schieben und etwa 35 Minuten backen, bis sich der Laib bei der Klopprobe auf der Unterseite hohl anhört. Das Brot auf einem Gitterrost abkühlen lassen.

Innerhalb von 4 Tagen verzehren. Tiefgekühlt bis zu 1 Monat haltbar.

500 g Dinkel- oder Weizen-
vollkornmehl

2 TL Meersalz

2 EL Sonnenblumenkerne

2 EL Sesamsamen

1 EL Leinsamen

1 EL Kürbiskerne

je 30 g Roggen- und
Weizenschrot

30 g Dinkel- oder Weizen-
flocken

21 g frische Hefe*

1 EL Honig

275 ml lauwarmes Wasser

200 g Sauerteig (siehe
S. 13)

je 50 g Walnusskernhälften,
Mandeln und Haselnüsse,
geröstet und grob gehackt

1 Backblech, gefettet

ergibt 1 großen Laib

**Bei Verwendung von Tro-
ckenhefe statt frischer Hefe
und Sauerteig 1 Päckchen
(7 g) mit Mehl und Salz
mischen. Samen, Schrot
und Flocken untermischen.
Eine Mulde in die Mitte
drücken, Honig und Wasser
hinzufügen und weiter wie
im Rezept beschrieben ver-
fahren.*





Südostasien

Seit mindestens 5000 Jahren blüht in Südostasien die Zivilisation, und archäologische Erkenntnisse zeigen, dass Weizen und Gerste mancherorts zu den ersten Grundnahrungsmitteln zählten. Trotz der Größe des Subkontinents – mit einer riesigen Bandbreite an klimatischen, geographischen und landwirtschaftlichen Bedingungen und hoher, recht unterschiedlicher Bevölkerungsdichte – besteht die Nahrungsgrundlage überall aus Getreide. Reis und Brot mit gewürztem Gemüse und Hülsenfrüchten sind Grundnahrungsmittel.

Weizenbrote werden in Nordindien und Pakistan jeden Tag gebacken. Roti oder Chapati ist dort auch das Wort für Brot. Der hefefreie Teig wird aus einem sehr fein gemahlenen Vollkornmehl gebacken, sehr dünn ausgerollt, ohne Fett in der Pfanne gebacken und als eine Art essbarer Löffel benutzt. Aus Lehm gebaute und im Boden versenkte Tandoori-Öfen haben sich vom Punjab aus über den ganzen Subkontinent verbreitet. Ursprünglich brachten die Frauen fertige Brotteige zu den örtlichen Backhäusern. Während sie sich unterhielten, formten und backten sie unzählige Naan für ihre vielköpfigen Familien.

Weiter südlich, wo kein Weizen wächst, sind Linsen, Hülsenfrüchte und Reis Hauptnahrungsmittel. Gemahlen und fermentiert werden daraus Teige für leichte, aber kräftige Pfannkuchen, die als essbare Verpackung oder Löffel verwendet werden.

Nachdem heute die Originalzutaten auch bei uns leichter erhältlich sind, können wir versuchen, die wunderbaren Gerichte des Subkontinents nachzukochen und auf die überlieferte Art mit Brot zu verzehren.

Puris

Puris sind Teigscheiben, die in heißem Öl frittiert werden. Servieren Sie sie heiß mit würzigen Gemüse-, Linsen- oder Fleisch-Currys. Kleine Puris von etwa 6 cm Durchmesser sind ein leckerer Snack zu Bier. Drücken Sie einfach etwa murmelgroße Teigstücke flach und frittieren Sie sie wie unten angegeben.

260 g Chapatimehl oder Weizenmehl Type 1050

1 TL Salz

1 TL Kreuzkümmelsamen

1 TL Korianderkörner

1 TL schwarze Pfefferkörner

1 EL Ghee (reines Butterfett), geschmolzen, oder Butterschmalz, geschmolzen

2 EL Joghurt

etwa 140 ml kaltes Wasser

Pflanzenöl zum Frittieren

Wok, Bratpfanne oder Fritteuse

ergibt 12 Stück

Mehl und Salz in einer großen Schüssel mischen. Kreuzkümmel, Koriander- und Pfefferkörner in einer kleinen Pfanne bei mäßiger Hitze etwa 2–3 Minuten unter Rühren braten, bis sie duften und der Kreuzkümmel goldbraun ist. In der Gewürzmühle oder im Mörser zu einem groben Pulver mahlen bzw. zerstoßen und ins Mehl rühren. Ghee oder Butter über die Mischung gießen und mit den Händen einarbeiten.

Den Joghurt mit 70 ml Wasser mischen, zum Teig geben und ebenfalls mischen, bis der Teig ausflockt. Nach und nach mehr Wasser zufügen, bis ein fester, zusammenhängender Teig entsteht. Den Teig mit unbefeuchteten Händen in der Schüssel kneten und bearbeiten, bis er glatt und geschmeidig ist. Den Teig in Klarsichtfolie wickeln und mindestens 15 Minuten, höchstens 2 Stunden ruhen lassen.

Den Teig auf der unbefeuchteten Arbeitsfläche in 12 gleiche Stücke teilen und zwischen den Handflächen zu kleinen Kugeln rollen.

Jede Kugel zwischen der Handfläche der einen und den Fingern der anderen Hand kreisen lassen und so den Teig zu einer Scheibe mit einer Vertiefung in der Mitte formen. Mit dem Nudelholz zu einer Scheibe von etwa 12,5 cm Ø rollen. Mit etwas Übung bewegt sich der Teig beim Ausrollen von selbst im Kreis, zu Beginn nachhelfen. Den restlichen Teig ebenso ausrollen und die Scheiben auf der leicht befeuchteten Arbeitsfläche mit einem trockenen Geschirrtuch bedeckt ruhen lassen.

Inzwischen einen Wok, eine Pfanne oder eine Fritteuse etwa 3 cm hoch mit Öl füllen und dieses erhitzen. Wenn das Öl 180 °C heiß ist (ein kleiner Brot-

würfel muss darin in 40 Sekunden bräunen), vorsichtig 1 Puri hineingleiten lassen. Wenn er aufgeht, mit dem Schaumlöffel wenden. Etwas Öl auf die Oberseite löffeln und erneut wenden. Der Puri bauscht sich wie ein Kissen und ist mit braunen Fleckchen übersät – er ist in etwa 1 Minute gar. Mit einem Schaumlöffel herausheben und auf mehreren Lagen Küchenkrepp abtropfen lassen. Alle Puris auf diese Art zubereiten. Sofort servieren.

Kartoffelpuris mit Sesam 140 g gegarte, mehlig kochende Kartoffeln durch die Kartoffelpresse drücken und mit der Gabel sehr fein zermusen (nicht in die Küchenmaschine geben, sonst wird die Masse leimartig).

Die Masse abkühlen lassen, 140 g Chapati- oder Weizenmehl, 1 TL Salz und 1 EL Sesamsamen einarbeiten und zu einem festen Teig mischen. Ist der Teig trocken und verbindet sich nicht, esslöffelweise Wasser zugeben.

Den Teig in der Schüssel oder auf der unbefeuchteten Arbeitsfläche in etwa 5 Minuten sehr glatt kneten. Eingewickelt mindestens 15 Minuten, höchstens 2 Stunden ruhen lassen. Den Teig in 8 gleiche Stücke teilen und zu papierdünnen Scheiben mit etwa 12,5 cm Ø ausrollen.

Das Öl wie oben beschrieben erhitzen und die Kartoffelpuris auf die gleiche Art garen. Die Puris gut auf Küchenkrepp abtropfen lassen und so bald wie möglich warm verzehren.





Dosa

Dosa, ein dünner Pfannkuchen aus fermentiertem Teig aus Reis und Dhaal (Linsen), ist das bekannteste südindische Fladenbrot und dort ähnlich bedeutsam wie Nudeln in Italien. Ungefüllte Dosa isst man mit einem frischen Kokos-Chutney zum Frühstück; mit Füllung, meist auf Kartoffelgrundlage, wird eine leichte Mahlzeit daraus. Der Teig erfordert zwar Zeit, kann aber mit der Küchenmaschine denkbar einfach zubereitet werden.

125 g Basmatireis

85 g Urid Dhaal (weiße indische Linsen ohne Häutchen)

¼ TL Meersalz

1 TL Kreuzkümmelpulver

Erdnuss- oder Sonnenblumenöl zum Einfetten

**ergibt etwa 10 Stück
(für 4–6 Personen)**

Schritt für Schritt

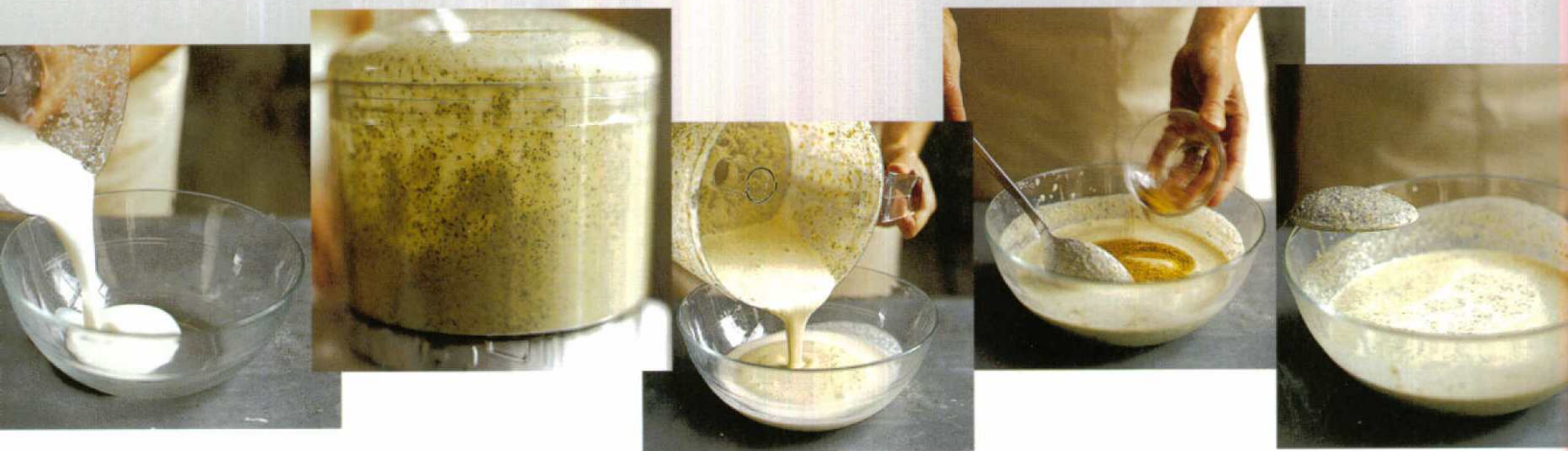
Am Vortag

Mit dem Teig am Vortag beginnen. Den Reis etwa 4–5 Minuten vorkochen; in der Mitte sollten die Körnchen noch fest sein. Gut abtropfen und abkühlen lassen. Im Messbecher die Menge überprüfen und in eine große Schüssel geben. Die doppelte Menge kaltes Wasser (etwa 700 ml) unterrühren und alles zugedeckt über Nacht einweichen lassen.

Die Linsen in einer weiteren Schüssel mit 230 ml kaltem Wasser bedecken und über Nacht einweichen lassen.



1 Am nächsten Morgen den Reis abtropfen lassen und dann in der Küchenmaschine 1 Minute pürieren. Langsam ¼ l kaltes Wasser hinzufügen, bis eine glatte Masse entsteht.



2 Die Masse in eine große Schüssel gießen.

3 Die Schüssel der Küchenmaschine ausspülen, die abgetropften Linsen hineingeben und pürieren, etwa 2–5 EL kaltes Wasser hinzufügen, bis eine glatte Paste entsteht.

4 Die Paste zum Reisteig gießen und umrühren.

5 Salz und Kreuzkümmel zugeben und die Schüssel mit einem trockenen Geschirrtuch bedecken. Den Teig bei Raumtemperatur etwa 12 Stunden fermentieren lassen. Der Teig ist richtig, wenn er zahlreiche Bläschen aufweist.

6 Vor dem Braten der Dosa so viel Wasser einrühren, dass ein dickflüssiger, an Pfannkuchenteig erinnernder Teig entsteht.

Masala Dosa

Mit Kartoffeln und Spinat



7 Eine flache, gusseiserne Pfanne oder eine beschichtete Brat- oder Omelettpfanne sehr heiß werden lassen und mit einem ölgetränkten Stück Küchenkrepp einfetten.

Einen Löffel Teig in die Pfanne geben, mit dem Löffelrücken in einer spiralförmigen Bewegung verteilen. Selbst gemachte Dosa sind dick und etwa so groß wie ein Brotteller. Im Restaurant sind sie papierdünn und größer als ein Tafelteller. Die Ecken des Dosa mit etwas Öl bestreichen und backen, bis die Unterseite knusprig und goldbraun ist.

8 Den Dosa mit einem länglichen beweglichen Pfannenwender anheben und schnell zusammenrollen. Dosa aus der Pfanne servieren.

Hinweis: Einen dicken Dosa wenden und noch einige Minuten länger braten.

für die Kartoffelfüllung

2 EL Ghee (reines Butterfett) oder Erdnussöl

2 TL schwarze Senfsamen

2 TL Kreuzkümmelsamen

1 mäßig scharfe grüne Chilischoote, entkernt und in dünne Ringe geschnitten

1 Prise Kurkumapulver

½ TL Korianderkörner, gemahlen

½ TL Kreuzkümmelpulver

500 g große, mehlig kochende Kartoffeln, geschält und 1 cm groß gewürfelt

500 g geputzte Spinatblätter

etwas Salz, zum Abschmecken



Für die Füllung das Öl in einer großen Bratpfanne mit Deckel erhitzen. Alle Gewürze hinzufügen und 1 Minute braten, bis die Senfsamen anfangen zu springen. Chili und gemahlene Gewürze zugeben und 1 Minute unter Rühren braten. Die Kartoffeln hinzufügen und gut in den Gewürzen wenden; die Hitze reduzieren, den Deckel auflegen und etwa 15 Minuten garen. Häufig umrühren, bis die Kartoffeln weich sind.

Inzwischen den Spinat abspülen und gut abschüttern. Bei mäßiger Hitze ohne Fett in einem großen

Topf unter häufigem Rühren im eigenen Dampf garen, bis er zusammenfällt. Abtropfen lassen, dann grob hacken.

Die Kartoffeln aufdecken und die Hitze hoch schalten. Unter häufigem Rühren einige Minuten garen, bis sie braun werden, dann Spinat und Salz unterrühren. Alles gut erhitzen und die Dosa damit füllen.

Naan

In Nordindien und Pakistan, besonders im Punjab, ist Naan das übliche Brot. In seiner Heimat wird es in extrem heißen Lehmöfen, den Tandooris, gebacken – mit Handschützern an die Wände geklebt und kurz darauf mit langen Metallhaken wieder abgenommen. Eine derartige Hitze erreicht der heimische Ofen nicht, aber heizen Sie den Grill auf höchster Stufe vor. In Indien werden Naan statt Gabel oder Löffel benutzt, um andere Nahrungsmittel, besonders gebratenen Kebab darin einzuwickeln.

250 g Instantmehl
(oder Weizenmehl und
1 TL Backpulver)

1 TL Salz

2 EL Naturjoghurt

etwa 115 ml lauwarmes
Wasser

etwas Ghee (reines Butter-
fett) oder Butter, geschmol-
zen, zum Bestreichen

Auswahl aus:

1 EL Schwarzkümmel (Ni-
gella) oder Kreuzkümmel-
samen

8 Knoblauchzehen, in feine
Scheiben geschnitten

2 mäßig scharfe rote Chili-
schoten, nach Wunsch ent-
kernt

1 TL Korianderkörner, ge-
röstet, grob zerstoßen, ge-
mischt mit 2 EL frischem
Koriandergrün, gehackt

ergibt 8 Stück

Mehl und Salz in einer Schüssel mischen. Den Joghurt hinzufügen und nach und nach mit den Händen das Wasser einarbeiten, bis ein weicher, leicht klebriger Teig entsteht. Den Teig in einigen Sekunden in der Schüssel glatt kneten, die Schüssel mit Klarsichtfolie bedecken und 1 Stunde ruhen lassen.

Wenn es Zeit zum Backen ist, den Grill auf höchster Stufe anheizen und die Grillpfanne aufheizen.

Den Teig in 8 gleiche Stücke teilen und jedes zu einer Kugel formen. Jede Kugel mit dem leicht bemehlten Nudelholz zu einem etwa 20 cm langen und fast 1 cm dicken Oval ausrollen. Die Oberfläche ganz leicht mit Butter bestreichen und den ausgewählten Belag fest in den Teig drücken.

Die Naan, falls nötig portionsweise, auf die heiße Pfanne legen und etwa 30 Sekunden grillen, bis sie aufgegangen und mit braunen Fleckchen übersät sind. Vorsichtig wenden und die andere Seite 20–30 Sekunden grillen. Herausnehmen, leicht mit Butter bestreichen und warm oder so bald wie möglich servieren.





Roti

Roti bedeutet in ganz Südostasien Brot. Das dünne, hefefreie Roti wird aus Chapatimehl (sehr fein gemahlenes Vollkornmehl, auch Attamehl genannt), Wasser, Salz und etwas Öl oder Ghee gebacken. Feines Weizenvollkornmehl ist eine gute Alternative. Der ausgerollte Teig wird in einer gusseisernen Pfanne gebraten und sofort gegessen. In den Straßen von Malaysia finden Sie *Roti canai*, in der Karibik gibt es von indischen Arbeitern eingeführte große Roti, in Indien *Roti rumali*, die durch die Luft gewirbelt werden, bis sie papierdünn sind, und im Punjab *Roti makkai* aus frischem Mais und Maismehl. Besonders gut schmecken die mit Kokos zubereiteten Brote aus Sri Lanka. Dieses Rezept geht auf Charmaine Solomon zurück.

450 g Chapatimehl oder feines Vollkornmehl oder Weizenmehl Type 405

2 TL Meersalz

1 TL Backpulver

75 g getrocknete Kokosraspel

40 g ungesalzene Butter, gewürfelt

1 kleine Zwiebel

1 mäßig scharfe frische rote Chilischote, entkernt

1 frisches Ei, verquirlt

etwas Ghee (reines Butterfett), Butter oder Öl, geschmolzen, zum Einfetten

ergibt 12 Stück

Mehl, Salz, Backpulver und Kokosnuss in einer großen Schüssel mischen. Die Butter mit den Fingerspitzen unter das Mehl kneten, bis der Teig feinkrümelig ist.

Zwiebel und Chili fein hacken und in die Mehlmischung rühren. Das Ei mit einem Buttermesser unterrühren. Nach und nach etwa 200 ml kaltes Wasser einarbeiten, bis ein weicher Teig entsteht.

Den Teig in Klarsichtfolie wickeln und 45–60 Minuten auf der Arbeitsfläche ruhen lassen.

Den Teig in 12 gleiche Stücke teilen. Jedes Stück auf der bemehlten Arbeitsfläche mit den Händen oder dem Teigroller abflachen und zu einer dünnen Scheibe mit etwa 14 cm Ø auseinander drücken oder ausrollen.

Eine flache Omelettpfanne oder eine schwere gusseiserne Pfanne bei mäßiger Hitze heiß werden lassen. Gegebenenfalls die Pfanne ganz leicht mit einer in das Fett getauchten halbierten Zwiebel einfetten.

Ein Roti nach dem anderen in 1–2 Minute je Seite goldbraun braten. Die Roti warm halten und möglichst rasch heiß servieren.





Australien und Neuseeland

Ähnlich wie Nordamerika verdanken auch Australien und Neuseeland ihren Kulturreichtum den Einwanderern. Die ersten Ankömmlinge aus England, Schottland und Irland brachten auch ihre bedeutenden Anbau- und Backtraditionen mit. Ihre Mahlzeiten wurden von englischem Tee, Brot und Marmelade und von sehr viel Fleisch bestimmt. Das so genannte Dämpfbrot, das sich heute in den Brotkörben der feinsten Restaurants findet, sicherte einst das Überleben von Viehtreibern, Viehzüchtern, Jägern und Pioniersfrauen.

Nach dem Zweiten Weltkrieg wurde die Speisekarte gehörig durcheinander gewirbelt. Australien entwickelte sich zu einem Hafen für Menschen aus ganz Europa, und ihre Brotsorten eroberten die Küche *down under*. Italiener ließen sich an der Ostküste und in der fruchtbaren Riverina nieder und brachten ihre Zutaten und Esstraditionen, ihr Ciabatta, Focaccia und andere Brote mit. Jüdische Immigranten aus Polen, Ungarn und Osteuropa veränderten die Bäckereien von Sydney und Melbourne: Wenn Sie etwa die Ackland Street in St. Kilda besuchen, fühlen Sie sich in das alte Wien zurückversetzt. Neuerdings sorgen asiatische Köche für weitere Veränderungen: vietnamesische Bäcker leiten Bäckereien, die französische (!) Backwaren anbieten, darunter ausgezeichnete Baguettes. Australien und Neuseeland *have it all* – wie man dort sagt – die Menschen, das Essen, das Klima.



Ein köstliches, gesundes Brot mit feuchter, offenporiger Krume – so wie es bei den gesundheitsbewussten jungen Australiern sehr beliebt ist.

Zucchini-Möhren-Brot

Die Zucchini grob raspeln und in einem Durchschlag sammeln. Mit 1 EL Salz bestreuen und die Zucchini gut darin wenden. Den Durchschlag auf eine Schüssel setzen und 20 Minuten stehen lassen. Die Zucchini in kleinen Portionen mit den Händen gut ausdrücken, damit der Teig nicht zu feucht wird.

Die Möhren mit dem Mehl und dem restlichen Salz mischen, die Zucchini unterheben,

Die Hefe in eine kleine Schüssel bröckeln, die Hälfte des Wassers zugießen und die Hefe darin auflösen. Die Hefeflüssigkeit in die Mehlmischung gießen und die Zutaten miteinander vermischen, dabei nach und nach so viel Wasser zugeben, dass ein weicher Teig entsteht. Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche in etwa 5 Minuten sehr geschmeidig kneten.

Den Teig zurück in die Schüssel legen, mit Klarsichtfolie bedecken und etwa 1 ½ Stunden an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche fest zusammendrücken, halbieren und jede Hälfte zu einem Zylinder formen, der in die Form passt. Den Teig in die Formen setzen, in eine große Plastiktüte schieben und diese verschließen. Etwa 1 Stunde gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Inzwischen den Ofen auf 220 °C (Umluft 190 °C; Gas Stufe 3–4) vorheizen.

Die Oberseite der Laibe mit Öl bestreichen. Etwa 35 Minuten backen, bis sie leicht braun sind und sich bei der Klopfrage auf der Unterseite hohl anhören. Die Brote auf einem Gitterrost abkühlen lassen.

Innerhalb von 4 Tagen verzehren. Diese Laibe lassen sich nicht gut einfrieren.

500 g Zucchini aus ökologischem Anbau, geputzt

1 ½ EL Meersalz

200 g Möhren aus ökologischem Anbau, geputzt, geschält und grob geraspelt

350 g Weizenmehl
Type 550

350 g Weizenvollkornmehl

21 g frische Hefe*

350 ml lauwarmes Wasser
etwas Olivenöl zum Bestreichen

2 Brotformen à 900 g, gut gefettet

ergibt 2 große Laibe

**Bei Verwendung von Trockenhefe 1 Päckchen (7 g) mit Mehl und Salz mischen. Gemüse untermischen und genug Wasser für einen weichen Teig einarbeiten.*



Wenn Sie ein ebenso gehalt- wie geschmackvolles Brot mögen, sind Sie hier richtig. Ganze Weizenkörner werden eingeweicht und einige Tage stehen gelassen, bis sie keimen; dann in der Küchenmaschine grob hacken und mit Vollkorn- und weißem Mehl vermischen. Der Teig ist sehr lebhaft und ergibt einen offenporigen und feuchten Laib. Die benötigte Wassermenge hängt vom Mehl und der Feuchtigkeit der Sprossen ab.

Weizenkeimbrot

Die Weizenkörner abspülen und in einer großen Schüssel mit kaltem Wasser bedecken, das die Körner um 5 cm übersteigt. 24 Stunden einweichen. Gut abtropfen lassen, in ein großes Glasgefäß geben und mit einem Musselintuch bedecken. Das Gefäß etwa 2–3 Tage an einem kühlen dunklen Ort stehen lassen, bis feine „Haare“ aus den Körnern sprießen. Die Körner abspülen, gut abtropfen lassen und in der Küchenmaschine hacken, bis sie aussehen wie grobes Hafermehl.

Mehl und Salz in einer großen Schüssel mischen und die klebrigen Weizenkeime unterheben. Die Hefe in eine kleine Schüssel bröckeln, die Hälfte des Wassers zugeben und die Hefe darin auflösen. Die Flüssigkeit zum Mehl gießen und das restliche Wasser hinzufügen. Alles zu einem weichen Teig verarbeiten, mehr Wasser zugeben falls nötig. Fühlt sich der Teig sehr klebrig an, esslöffelweise mehr Mehl einarbeiten; sind trockene Krümel in der Schüssel, esslöffelweise lauwarmes Wasser zufügen.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche 10 Minuten gut kneten, bis er sich sehr elastisch und fest anfühlt.

Teig zurück in die Schüssel legen, mit Klarsichtfolie bedecken und etwa 1 ½ Stunden bei normaler Raumtemperatur gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche fest zusammendrücken, halbieren, zu Zylindern formen, die in die Formen passen, und hineinlegen. Die Formen in eine große Plastiktüte schieben, diese verschließen und etwa 50 Minuten gehen lassen, bis sich das Volumen fast verdoppelt hat.

Inzwischen den Ofen auf 220 °C (Umluft 190 °C; Gas Stufe 3–4) vorheizen.

Die Laibe 30–35 Minuten backen, bis sie gut goldbraun sind und sich bei der Klopffprobe auf der Unterseite hohl anhören. Auf einem Gitterrost abkühlen lassen.

Brot vor dem Anschneiden 12 Stunden ruhen lassen. Innerhalb von 5 Tagen verzehren. Tiefgekühlt bis zu 1 Monat haltbar.

200 g ganze Weizenkörner
250 g Weizenvollkornmehl
250 g Weizenmehl
Type 550
2 TL Meersalz
21 g frische Hefe*
etwa 200 ml lauwarmes
Wasser

2 Brotformen à 450 g,
gefettet

ergibt 2 Laibe

**Bei Verwendung von
Trockenhefe 1 Päckchen
(7 g) mit Mehl und Salz
mischen, Weizenkeime und
150 ml Wasser zugeben,
mischen und weiter wie im
Rezept beschrieben ver-
fahren.*







Brot, das mit etwas Kartoffelpüree zubereitet wurde, hat ein wunderbares Aroma, eine herrlich leichte Krume und ist sehr nahrhaft. Irische, polnische, spanische und russische Einwanderer in Amerika, Australien und Neuseeland lieben dieses Brot, und auch Sie sollten es in Ihr Repertoire aufnehmen. Nehmen Sie mehlig kochende, alte Kartoffeln im Verhältnis vier Teile Mehl (weiß oder Vollkorn) auf einen Teil Kartoffeln. Für ein süßes Frühstücksbrot auf spanische Art geben Sie 60 g feinen Zucker mit dem Salz zum Mehl.

Kartoffelbrötchen

Das Mehl in eine große Schüssel geben, die Butter mit den Fingerspitzen hineinkneten, bis die Mischung feinkrümelig ist. Salz und Kartoffeln hineinrühren.

Die Milch in ein Gefäß gießen, die Hefe hineinbröckeln und darin auflösen. Die Flüssigkeit zur Mehlmischung gießen und zu einem festen Teig mischen.

Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche 10 Minuten gut kneten, dann wieder in die Schüssel legen, mit Klarsichtfolie bedecken und etwa 1 ½ Stunden an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Den Teig fest zusammendrücken, in 18 gleiche Stücke teilen, auf die Bleche legen, in 2 große Plastiktüten schieben und etwa 30 Minuten gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Inzwischen den Ofen auf 220 °C (Umluft 190 °C; Gas Stufe 3–4) vorheizen.

Die Brötchen etwa 15–20 Minuten backen, bis sie sich bei der Klopfprobe auf der Unterseite hohl anhören. Auf einem Gitterrost abkühlen lassen.

Innerhalb von 4 Tagen verzehren. Tiefgekühlt bis zu 1 Monat haltbar.

800 g Weizenmehl
Type 550

50 g ungesalzene Butter,
gewürfelt

1 EL Meersalz

200 g gekochte, abgekühlte
und pürierte Kartoffeln

375 ml lauwarme Milch

36 g frische Hefe*

2 Backbleche, gefettet

ergibt 18 Brötchen

**Bei Verwendung von
Trockenhefe 1 Päckchen
(7 g) mit Mehl mischen, die
Butter einarbeiten, Salz und
Kartoffeln untermischen und
mit Milch zu einem Teig
binden.*

Weißbrotteig wird mit getrockneten Chiliflocken gespickt und mit scharfem, reifem Hartkäse und cremigem Ziegenkäse gefüllt. Fertig ist das ideale Picknick-Brot. Australier wie Neuseeländer lieben würzige asiatische Aromen – hier bieten sich Chili und frischer Ingwer als perfekte Ergänzung zum Käse an.

Scharfe Käseröllchen

für den Teig

500 g Weizenmehl
Type 550
1 TL Meersalz
1 TL getrocknete Chili-
flocken
etwas schwarzer Pfeffer
aus der Mühle
300 ml lauwarmes Wasser
21 g frische Hefe*
1 EL Olivenöl

Käsefüllung

100 g cremiger aromati-
scher Ziegenkäse
100 g reifer Cheddar, grob
gerieben

außerdem

50 g geriebener Cheddar
zum Bestreuen

1 Kuchenform mit
24 cm Ø, gefettet

ergibt 9 Stück

**Bei Verwendung von
Trockenhefe 1 Päckchen
(7 g) mit Mehl, Salz, Chili-
flocken und Pfeffer mi-
schen, dann weiter wie im
Rezept beschrieben ver-
fahren.*

Mehl, Salz, Chiliflocken und Pfeffer in einer großen Schüssel mischen und eine Mulde in die Mitte drücken.

Die Hälfte des Wassers in ein Gefäß gießen, die Hefe hineinbröckeln und darin auflösen. Die Flüssigkeit in die Mulde gießen und das restliche Wasser und das Olivenöl hinzufügen. Nach und nach das Mehl einarbeiten, bis ein ziemlich fester Teig entsteht. Fühlt er sich klebrig an, esslöffelweise weiteres Mehl einarbeiten; sind Krümel in der Schüssel, esslöffelweise Wasser zugeben.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche in 10 Minuten sehr glatt und elastisch kneten. Den Teig wieder in die Schüssel legen, mit Klarsichtfolie bedecken und etwa 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche fest zusammendrücken, mit einem Stück Klarsichtfolie oder einem trockenen Geschirrtuch bedecken und 5 Minuten ruhen lassen.

Den Teig zu einem etwa 40 x 26 cm großen Rechteck ausrollen. Den Ziegenkäse gleichmäßig darauf bröckeln und den Cheddar darüber verteilen.

Den Teig über die Längsseite wie eine Biskuitrolle aufrollen. Die Rolle in 9 gleiche Stücke schneiden und mit der Schnittseite nach unten so in die Form legen, dass sich die Stücke gerade berühren. Die Form in eine Plastiktüte schieben und diese verschließen. Den Teig etwa 30 Minuten gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Inzwischen den Ofen auf 200 °C (Umluft 170 °C; Gas Stufe 3) vorheizen.

Die Brötchen mit dem Cheddar bestreuen und in 35 Minuten goldbraun backen. Vorsichtig aus der Form lösen und auf einem Gitterrost etwas abkühlen lassen.

Warm oder zimmerwarm innerhalb von 24 Stunden verzehren. Tiefgekühlt bis zu 1 Monat haltbar. Vor dem Servieren erwärmen.





Aborigines nannten die wilden Nüsse *kindall kindall*; ihr heutiger Name *Macadamia* erinnert an Dr. John Macadam, einen Botaniker, der gegen Ende des 19. Jh. mit ihrem kommerziellen Anbau begann. Die Bäume sind in Australien heimisch und wachsen jetzt in Plantagen an der subtropischen Küste von Queensland. Australische Lexia-Rosinen sind groß, fleischig und saftig.

Rosinenbrot mit Macadamianüssen

Mehl, Salz und Zucker in einer großen Schüssel mischen, die Butter mit den Fingerspitzen ins Mehl kneten, bis die Mischung feinkrümelig ist. Eine Mulde in die Mitte drücken.

Die Milch-Wasser-Mischung in ein kleines Gefäß gießen, die Hefe hineinbröckeln und darin auflösen. Die Hefeflüssigkeit in die Mulde gießen und nach und nach das Mehl einarbeiten, bis ein weicher, leicht klebriger Teig entsteht. Fühlt er sich zu klebrig an, esslöffelweise weiteres Mehl einarbeiten; sind Krümel in der Schüssel, esslöffelweise Wasser hinzufügen.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche etwa 10 Minuten gut kneten, bis er fest und sehr elastisch ist. Rosinen und Nüsse nach und nach einarbeiten und gleichmäßig im Teig verteilen. Die Schüssel mit Klarsichtfolie bedecken und etwa 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche fest zusammendrücken. Den Laib zu einem Zylinder formen, der in die Form passt. Die Form in eine große Plastiktüte schieben, diese verschließen und in der warmen Küche in etwa 45–60 Minuten gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Inzwischen den Ofen auf 180 °C (Umluft 150 °C; Gas Stufe 2–3) vorheizen.

Das Brot etwa 1 Stunde backen, bis es goldbraun ist und sich bei der Klopffprobe auf der Unterseite hohl anhört. Auf einem Gitterrost abkühlen lassen.

Am nächsten Tag in dicke Scheiben schneiden und mit Butter oder Weichkäse bestrichen verzehren. Dieses Brot lässt sich nicht gut einfrieren.

450 g Weizenmehl
Type 550

1 TL Meersalz

50 g heller Muscovado-
Zucker (oder Haushalts-
zucker)

75 g ungesalzene Butter,
gewürfelt

je ½ l lauwarme Milch und
Wasser, gemischt

21 g frische Hefe*

200 g Rosinen, bevorzugt
Lexia

75 g geröstete Macadamia-
nüsse, grob gehackt

1 Brotform (450 g), gut
gefettet

ergibt 1 Laib

**Bei Verwendung von Tro-
ckenhefe 1 Päckchen (7 g)
mit Mehl, Salz und Zucker
mischen, die Butter ein-
arbeiten und weiter wie im
Rezept beschrieben ver-
fahren.*

Kürbis ist in Australien und Neuseeland eine sehr beliebte Zutat – als gebratenes Gemüse, in Currys und beim Backen. Kürbisbuttergebäck ist ein Klassiker, und Kürbisbrot ist herrlich feucht. Die Preiselbeeren hat meine amerikanische Familie dem Rezept hinzugefügt.

Kürbisbrötchen

700 g Kürbis
40 g ungesalzene Butter
2 TL Meersalz
40 g feiner brauner Zucker
21 g frische Hefe*
1 EL lauwarmes Wasser
350 g Weizenmehl
Type 550
½ TL Piment, gemahlen
¼ TL Muskatnuss, frisch
gerieben
100 g frische Preiselbeeren
oder TK-Ware, aufgetaut
50 g Pecan- oder Wal-
nüsse, grob gehackt
1 frisches Ei, mit etwas Salz
verquirlt, zum Glasieren

1 Backblech, gefettet

**ergibt 1 Laib oder
12 Brötchen**

** Bei Verwendung von
Trockenhefe 1 Päckchen
(7 g) mit Mehl mischen,
dann die Kürbismischung
einarbeiten. Erscheint der
Teig trocken oder sind
Krümel in der Schüssel,
esslöffelweise lauwarmes
Wasser zugeben.*

Den Kürbis vierteln. Mit einem scharfen Messer die Schale ablösen und wegwerfen, ebenso die Kerne und faserige Stellen. Das Fleisch in 1 cm große Stücke hacken – 400 g werden benötigt. Das Kürbisfleisch ohne Zugabe von Wasser in einem Dampftopf oder der Mikrowelle weich garen. Etwas abkühlen lassen und in der Küchenmaschine mit Butter, Salz und Zucker glatt und cremig pürieren.

Die Hefe in eine kleine Schüssel bröckeln, Wasser zugeben und glatt rühren.

Mehl und Gewürze in eine große Schüssel geben und eine Mulde in die Mitte drücken. Das Kürbispüree und die Hefeflüssigkeit in die Mulde gießen, kurz mischen und nach und nach das Mehl einarbeiten, bis ein weicher, nicht klebriger Teig entsteht. Ist der Teig trocken oder sind Krümel in der Schüssel, esslöffelweise Wasser zugeben; klebt der Teig an den Fingern, esslöffelweise Mehl zufügen.

Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche 5 Minuten gut kneten, zurück in die Schüssel legen, mit Klarsichtfolie bedecken und etwa 1 Stunde bei normaler Raumtemperatur gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat. Den Teig auf die leicht bemehlte Arbeitsfläche legen und Preiselbeeren und Nüsse einarbeiten.

Für ein einzelnes Brot den Teig zu einem runden Laib mit etwa 18 cm Ø formen und auf das Backblech legen. Für Brötchen den Teig in 12 gleiche Stücke teilen und zu grob geformten Kugeln drücken. Das Backblech in eine große Plastiktüte schieben, diese verschließen und etwa 45 Minuten für das Brot oder 30 Minuten für die Brötchen gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Inzwischen den Ofen auf 200 °C (Umluft 170 °C; Gas Stufe 3) vorheizen.

Bei einem Brot mit dem Daumen in die Mitte des gegangenen Laibs eine kleine Mulde drücken, dann behutsam mit der Eigelasur bestreichen. Das Brot mit einem scharfen Messer ringsum einschneiden, damit es aussieht wie ein Kürbis und in etwa 35 Minuten goldbraun backen; bei der Klopfpfrobe auf der Unterseite muss es sich hohl anhören. Auf einem Gitterrost abkühlen lassen.

Die Brötchen etwa 15–20 Minuten backen, bis sie sich bei der Klopfpfrobe hohl anhören. Auf einem Gitterrost abkühlen lassen. Innerhalb von 3 Tagen verzehren.



Frisch und knusprig direkt aus dem Ofen!

Italienisches Ciabatta, französisches Baguette, deutsches Roggenbrot, amerikanische Bagels, türkische Pide und mexikanische Tortillas: Wer kennt sie nicht, die köstlichen landestypischen Brotspezialitäten?

Mit zahlreichen Hintergrundinformationen gespickt, verrät Ihnen dieses Buch viele verlockende Rezepte für eine kulinarische Reise durch die Brotbackstuben der Welt. Die detaillierten und leicht nachvollziehbaren Rezepte, die vielen Schritt-für-Schritt-Anleitungen und die ausführliche Übersicht über die wichtigsten Grundregeln des Brotbackens garantieren Ihnen sicheres Gelingen von frischen, knusprigen Broten und Brötchen mit verführerischem Duft.

Linda Collister ist erfahrene Brotbäckerin und Autorin weltweit erfolgreicher Backbücher.

Martin Brigdale ist mehrfach prämiierter Food-Fotograf und leidenschaftlicher Hobbykoch.

ISBN 3-8118-2941-6

www.MOEWIG.de

